



**Institutionen för Pedagogik, didaktik och psykologi**

## Barn i sorg

*Förskollärare med lekarbetspedagogisk utbildning  
intervjuade om barn och sorg*

*Carina Arvidsson och Lina Sverkersdotter  
Juni 2009*

Examensarbete, 15 högskolepoäng  
Didaktik B

**Lärarprogrammet**  
**Handledare: Elisabeth Björklund och Jan Grannäs**  
**Examinator: Bengt Nilsson**



Arvidsson, Carina och Sverkersdotter, Lina (2009): *Barn i sorg. Förskollärare med lekarbetspedagogisk utbildning intervjuade om barn och sorg* Examensarbete i didaktik. Lärarprogrammet. Institutionen för Pedagogik, didaktik och psykologi. Högskolan i Gävle.

### *Sammanfattning*

Syftet med detta examensarbete är att utforska pedagogiken vid förskolans bemötande och lekens betydelse för barn som genomgår sorg. Vi vill genom detta arbete få kunskap om hur pedagoger bör förhålla sig till barn som sörjer. Genom att utgå från litteraturen som finns inom ämnet och intervjuer med förskollärare som vidareutbildat sig till lekarbetspedagoger, har vi studerat hur pedagoger bemöter barn som drabbats och hur lekarbetspedagogik kan hjälpa dem. Resultatet visar att barn sörjer på olika sätt och att de sörjer i perioder. Då barn inte har den verbala förmågan att uttrycka sin sorg kan de istället göra det genom att till exempel leka och rita. Resultatet visar vidare på att leken enligt respondenterna är en viktig del i barns sorgearbete och att vuxna bör finnas där för barnen som genomgår sorg. Låta barnen prata när de vill prata och inte tvinga dem till det. Vuxna bör även svara ärligt på barnens eventuella frågor kring det som skett.

*Nyckelord: Barn, sorg, kris, trauma, bearbetning, förskola, lek, lekarbetspedagogik, krisplan*



<i>1. Inledning</i> .....	1
<b>1.1 Begreppsförklaring</b> .....	1
<b>1.2 Syfte</b> .....	2
<i>2. Bakgrund</i> .....	2
<b>2.1 Förberedelser</b> .....	3
<b>2.2 Lekens betydelse</b> .....	4
<b>2.3 Barns reaktioner</b> .....	5
<b>2.4 Barn i olika åldrar reagerar olika</b> .....	7
<b>2.5 Vad säger styrdokumentet om bemötandet av barn i sorg?</b> .....	8
<b>2.6 Lekarbetspedagogik</b> .....	9
<b>2.6.1 Lekpedagogikens bakgrund</b> .....	9
<b>2.6.2 Lekarbetspedagogik som metod</b> .....	9
<b>2.6.3 Utbildning</b> .....	10
<i>3. Metod</i> .....	11
<b>3.1 Urval</b> .....	11
<b>3.2 Planering och genomförande</b> .....	12
<i>4. Resultat</i> .....	13
<b>4.1 Lekarbete som metod</b> .....	13
<b>4.2 Så används lekarbete</b> .....	16
<b>4.3 Kännetecknen på barn som sörjer</b> .....	19
<b>4.4 Arbetsgång vid användande av lekarbetspedagogik</b> .....	20
<b>4.5 Erfarenheter inom området</b> .....	22
<b>4.6 Krisplanen ger stöd</b> .....	23
<b>4.7 Resultat av lekarbete</b> .....	24
<i>5. Diskussion</i> .....	25
<i>6. Slutsatser</i> .....	28
<i>7. Referenser</i> .....	29

<i>Bilaga 1 Utrustningslista .....</i>	<i>31</i>
<i>Bilaga 2 Lekomster.....</i>	<i>32</i>
<i>Bilaga 3 Intervjufrågor .....</i>	<i>33</i>
<i>Bilaga 4 Diskussions underlag.....</i>	<i>34</i>
<i>Bilaga 5 Personligt brev .....</i>	<i>35</i>
<i>Bilaga 6 Krisplan .....</i>	<i>36</i>
<i>Bilaga 7 Sammanfattning av lekarbete .....</i>	<i>47</i>



## 1. Inledning

Sorg är någonting alla förr eller senare kommer att möta. Då vi i vårt kommande yrke kommer att möta många barn, är det givet att vi skall bemöta barn som går igenom sorg på något vis. Sorg kan vara så mycket, inte bara död utan även föräldrar som skiljer sig, att flytta, att en kompis flyttar eller att ett husdjur dör. Hur man som pedagog bör bemöta dessa barn känns väldigt relevant och viktigt att ha förkunskaper om, den dagen det väl händer. Ett känsligt och tungt ämne men vi anser att man genom förberedelser och kunskap kan agera på ett bättre och mer genomtänkt sätt.

Tyvärr drabbar sorg även små oskyldiga barn, detta är någonting vi alla som arbetar med barn förr eller senare kommer att gå igenom. Hur kan vi då hjälpa dessa barn?

Genom att ta reda på hur förskollärare med lekarbetspedagogutbildning går tillväga när barn drabbas av sorg, vill vi uppmärksamma detta ämne och göra det svåra lite lättare genom kunskap. Då barn inte har samma verbala språk som vi vuxna och i och med detta inte alltid kan uttrycka sin sorg och saknad genom ord, vill vi undersöka om och hur leken kan hjälpa dem istället.

### 1.1 Begreppsförklaring

Här tänker vi reda ut begrepp som vi kommer att använda oss av i arbetet. De flesta begreppen om själva förlusten och känslorna runt den går in i varandra.

*Sorg* Svenska institutet för sorgbearbetning förklarar att sorg är en känslomässig reaktion vid en förlust som är helt normal och naturlig. Att känna sorg är lika naturligt som att känna glädje och lycka. Vid sorg är det många känslor och tankar som väcks inom oss då vi drabbas av en förlust. Vilka förluster som väcker dessa tankar och känslor är väldigt individuellt då alla människor är olika. Vi uppfattar omgivningen och händelser på varierande sätt beroende på vilka känslor som finns inom oss sedan tidigare.

Sorgereaktioner kan utlösas av många olika anledningar, bland annat dödsfall, skilsmässor, egen eller annans sjukdom, övergrepp, att förlora ett husdjur eller att livet inte blev som man hade tänkt. En del förluster är mer smärtsamma än andra. Gyllenswärd (1997) anser att barns sorg ibland kan vara livet ut. Tankarna, sorgen samt saknaden är och kan vara mycket djup och intensiv över förlusten.

*Trauma* är ett annat ord som återkommer i samband med sorg. Enligt uppslagsverket Nationalencyklopedin betyder ordet trauma egentligen sår eller skada och härstammar från grekiskan. Från början användes ordet av läkare för att skilja på sjukdom och yttre skada, då halsfluss kallades sjukdom, medan ett benbrott räknades som yttre skada, det var det som var trauma. Allt eftersom har ordet trauma blivit mer ett uttryck för mental skada. När man drabbas av en traumatisk händelse kan tankar och känslor upplösas i ett enda stort kaos. Gyllenswärd (2007) menar att trauma oftast är när något oväntat sker plötsligt och brutalt. Det kan vara när man själv är nära att dö, att se andra plötsligt bli svårt skadade, att se andra bli dödade eller att vara med och vara helt oförmögen att kunna göra någonting i den hemska situation som uppstår. Vid trauma kan en splittring och ett sammanbrott ske inom oss som är alldeles för stark, det blir för svårt att hantera och man försöker istället att förtränga dessa hemskheter.



*Kris* kan även den uppstå i sammanhang med sorg. Ordet kris kommer från början av det grekiska *krisis*. Det betyder avgörande vändning, plötslig förändring, ödesdiger rubbning. I Nationalencyklopedin står det att en psykologisk kris är en reaktion på en svår situation som kan uppstå när något förfärligt händer i ens liv. Eftersom vi inte har tidigare erfarenheter för att kunna förstå och hantera situationen drabbas vi av psykisk smärta. Även de som har drabbats av en kris tidigare och därigenom fått erfarenhet kan återigen hamna i en kris som ger lika stor psykisk smärta.

*Lekarbetspedagogik* är den metod vi valt att inrikta oss på - hur man genom denna metod kan hjälpa barn som genomgår sorg. Konceptet lekarbetspedagogik står för lek i närvaro av en intresserad vuxen. Lekarbetspedagogik kan vara ett gott stöd för barn som behöver skapa förståelse och strukturera sina upplevelser. Barnet får vid lekarbetstillfället gå till enskilt rum för att leka tillsammans med en pedagog. Där är det barnet själv som bestämmer vad som ska göras, pedagogen som är med ska endast finnas till hands utan att bedöma det som görs (Sandén, 2005). Den vuxne som medverkar vid lekarbetspedagogiken är en *lekarbetspedagog*. För att kalla sig lekarbetspedagog måste man ha gått en vidareutbildning i denna pedagogik.

De flesta lekarbetspedagoger är i grunden utbildade förskollärare eller speciallärare (Sandén, 2005). De som använder sig av lekarbetspedagogik kallar själva det för lekarbete eftersom det är ett enklare ord som flyter lättare - därför kommer vi till stor del att använda oss av uttrycket *lekarbete*. De kallar även sig själva för *lekpädagoger* så även det begreppet kommer vi att använda oss av.

## 1.2 Syfte

Syftet med detta examensarbete är att undersöka hur lekarbetspedagoger bemöter barn som har sorg. Syftet är vidare hur dessa pedagoger följer och hjälper barnen genom sin sorg och hur de genom lekarbete kan låta barn uttrycka och bearbeta det inträffade. Sorg är någonting alla förr eller senare går igenom, både barn och vuxna. Enligt Dyregrov (1990) bör barn få bearbeta det inträffade för att kunna gå vidare, då det annars kan visa sig på andra sätt senare i livet, till exempel kan personlighetsutvecklingen påverkas. Då även barn som ännu inte kan uttrycka sig med ord känner sorg, bör alla som arbetar med barn ha kunskap om detta och på andra vis än genom samtal hjälpa dem i sorgen.

Våra huvudfrågor är:

Hur kan lekarbetspedagoger i förskolan hjälpa barn genom sorg?

Hur kan lekarbetspedagogik hjälpa barn att uttrycka sin sorg?

## 2. Bakgrund

Det finns många författare som tar upp barns sorg. Vi har granskat den litteratur som finns och sett att en del författare är återkommande. Vi har till största del valt att inrikta oss på dessa då vi anser att de har mest erfarenhet och vetenskaplig forskning bakom sig. Men även en del författare som skrivit enskilda texter inom ämnet har mycket relevant att komma med. Lekarbetspedagogik, som vi valt att fokusera på, finns det inte så mycket litteratur kring men de som varit med och startat denna metod och några av de som använder sig av den, har en del texter kring detta. Hur man som pedagog på förskola och skola kan bemöta barn som drabbats av sorg och vad man i förebyggande syfte kan göra för att förenkla när något tragiskt inträffar, är det vi valt att undersöka.

## 2.1 Förberedelser

Död, olyckor, kriser och trauman kan dyka upp när man minst anar det. Därför gäller det att som pedagog inom förskolan vara förberedd på det oplanerade, det plötsliga och otänkbara. Det låter svårt och omöjligt, men det går, i alla fall till viss del. Att skaffa sig kunskap och beredskap är viktigt, en plan på vad som kan behöva göras underlättar när olyckan inträffat (Bøge & Dige, 2006). Enligt Andersson (1995) finns det inte två likadana krishändelser men det finns ändå en del gemensamt när det gäller vad man bör göra. Bøge och Dige (2006) skriver att varje förskola bör ha en handlingsplan eftersom den kan medverka till att det svåra blir lite lättare av den orsaken att det i en svår situation är lätt att tappa fattningen, vilket gör det svårt att tänka rationellt. Att istället ha tänkt efter före genom att tillsammans i arbetslaget tagit fram en handlingsplan, gör att det kan leda till mindre förvirring eftersom alla i arbetslaget vet vem som skall göra vad.

Enligt Myndigheten för skolutveckling är det viktigt att uppdatera kontakt- och telefonlistor, så att man inte står handfallen när det händer en oväntad situation. När det händer en oväntad situation är det viktigt att skolans personal är beredd att ge barnen det stöd de behöver i sitt sorgearbete och i undervisningen. Detta kan pågå lång tid framöver.

Att kunna möta barns reaktioner och tankar fordrar att man som pedagog har kunskap och förberedelse för att kunna skapa trygghet för barnen. Åtskilliga förskolor och skolor är i hög grad beredda och rustade om det skulle hända något, men ibland kan de behöva extra underlag och råd om hur de kan agera i komplicerade kriser. Eftersom varje händelse inte är den andra lik så formas en ny lärdom varje gång.

Det första man bör göra enligt Andersson (1995) är att avsätta tid för att lära sig möta kriser. Det kan vara bra att arbetslaget sätter sig tillsammans med en kursledare och gör upp en plan på hur och vad man ska göra. I den bör det framkomma, enligt Andersson vem som tar ansvar för vad, vilka som ingår i kristeamet och även hur de i teamet kallas samman vid en krissituation. Bøge och Dige (2006) skriver att denna handlingsplan kan innehålla hur föräldrar, barn och övrig personal på förskolan/skolan informeras om det inträffade. Även hur man besvarar barnens frågor, vilka åtgärder skolan ska vidta, och hur man sedan följer upp olyckan med minnestunder eller andra ceremonier som kan hjälpa barn och personal att bearbeta det inträffade.

Enligt Myndigheten för skolutveckling finns det vissa skäl till varför man behöver ha en väl utarbetad krisplan. Dessa skäl är:

- Den garanterar snabb respons om något händer - den kan rädda liv
- Den tryggar att barn och unga får adekvat uppföljning
- Den hindrar onödigt lidande och posttraumatiska problem
- Den kvalitetssäkrar det arbete som utförs
- Den förtydligar roller och ansvar
- Den ger föräldrar och barn trygghet

I en del fall är förskollärarna medvetna om att ett barn eller flera inom en snar framtid kommer att drabbas av sorg som till exempel om en anhörig till ett barn drabbats av en dödlig sjukdom. Är så fallet bör man förbereda de som kommer att drabbas; barnet själv, de andra barnen på förskolan och även föräldrarna till de andra barnen. Innan man gör detta skall alltid den drabbade familjen kontaktas och tillsammans med denna bestäms vilken information de andra skall få och hur den skall framföras.

## 2.2 Lekens betydelse

Att lek är en viktig del i barns utveckling har länge varit känt och bekräftas genom att det finns nedskrivet i många äldre teorier Hägglund, (1989). Genom lek sker barns lärande och utveckling (Knutsdotter Olofsson, 1987). Även Lindquist (1990) anser att lek är en stor del i barnens utveckling, hon kallar till och med barnens lek för deras arbete då det är i leken de lär sig och i leken är det de som själva bestämmer hur det ska vara och vad som ska hända. För att kunna leka måste barnen ha lekens verktyg. Med det menas att barnen måste veta hur man leker och förstå lekens koder. De vet att lek är lek och inte verklighet, leken har sina egna regler och i lekens värld kan vad som helst hända. Där kan barnen göra saker på riktigt men genom lek kan händelserna utspela sig hur som helst och de väljer själva vad som ska hända och inte. I leken tar barnen ofta upp upplevelser de varit med om eller hört talas om. Genom att leka och upprepa dessa upplevelser kan barnen få distans till det de upplevt.

I leken kan barnen, enligt Knutsdotter Olofsson (1987), behandla det som är känt som om det vore okänt och tvärt om det okända som känt. I leken finns också både glädje och djupt allvar, lek kan vara i evigheter. När ett barn leker kan det gå in i sin lek med sådan inlevelse att det varken ser eller hör annat (Lindquist, 1990). När det sker en traumatisk händelse i ett barns liv kan barnet lätt upprepa händelsen genom lek. Vuxna bearbetar sin händelse genom samtal medan barn som inte kan sätta ord på det de varit med om, istället kan göra det genom lek. Båda har en läkande effekt. Genom bearbetning i leken kan barnet minska sin ångest och arbeta med sina händelser.

I Nazitysklands koncentrationsläger grävde barnen gravar, bar lik och fraktade liken till massgravarna. De bearbetade genom leken vad de hade bevittnat. Detta var något av en överlevnadsstrategi som fick barnen att klara av den fruktansvärda sanningen (Lindberg, 2004). Mer om detta skriver Öhman (1996). Hon tar upp två exempel där barn bearbetar sina upplevelser genom leken, så som någon som är rädd för sprutor där barnet använder sig av andra kamrater eller olika gosedjur för att ge samma behandling som barnet fick då det var till doktorn och fick en spruta. Samma sak gäller då ett barn leker tortyr, då det har sett hur pappan blev torterad och misshandlad innan de flydde till Sverige.

Båda exemplen visar hur en otäck känsla kan göras förståelig genom att barnet får bearbeta detta i leken. Genom att göra detta aktivt så finner barnet på ett sätt att övervinna rädslan.

Enligt Fahrman (1993), så kan inte allt svårt som händer i ett barns liv lekas bort, men många gånger kan den hjälpa så att barnet mår bättre. Om man som kunnig vuxen är med i barnets lek kan man ibland ”scanna av” barnets inre bekymmer. Genom att få fram en helhetsbild av barnets lek kan det vara en viktig hjälp att se vad barnet fantiserar om och hur det känner sig. För att få bitarna på plats så leker barnet gärna samma lek om och om igen, för att göra det oförståeliga förståeligt. Barn som inte har chansen till att leka försummas mentalt, men får barnen leka så sätter det fart på problemlösningsförmågan och tankeverksamheten.

Tullgren (2003) har gjort en intervjustudie på förskolor om hur pedagogerna styr leken. Där framkommer att pedagogerna uppmuntrar barnen till att leka familjelekar och lekar som främjar barnens kommunikation och samspel, även lekar som förmedlar samhällets värdegrund. Dock avstyrs lekar som innehåller obehagliga och olagliga handlingar som krig och mord. De förhindrar även barnen att leka lekar som har hög ljudnivå och mycket spring. Öhman (1996) däremot, menar att barn bearbetar sina känslor efter otäcka upplevelser genom fri lek. Även Lindbergs (2004) erfarenheter bekräftar detta då hon själv arbetar med barn som upplevt krig och kommit till Sverige som flyktingar. Dessa barn har genom leken gjort många framsteg då de bearbetat sina upplevelser genom leken.

## 2.3 Barns reaktioner

Barn kan öppet visa sin sorg eller dölja den, de kan förtränga sin sorg och de kan försöka glömma den. Deras reaktioner är lika varierande som de vuxnas, smärta kan sitta lika djupt och vara lika länge som de vuxnas sorg. För att kunna hjälpa och stödja barn i sorg måste vi förstå denna mångfald, respektera sorgens många uttrycksformer och vara lyhörda för de signaler som barnen ger oss om hur de upplever situationen. Vi måste dessutom inse att sorg är något som tar tid och att barnen får en annan förståelse av döden när de blir större. En sexåring som förlorat sin far kommer att se dödsfallet med andra ögon när han eller hon är tio eller 18 år gammal. (Dyregrov & Raundalen, 1994, S. 27)

Eftersom barn reagerar och sörjer olika, precis som Dyregrov och Raundalen (1994) skriver, så kommer de vanligaste reaktionerna att tas upp i detta kapitel.

Barns reaktioner är väldigt olika när de drabbas av sorg, precis som det är för vuxna. Men ångest är en av de vanligaste reaktionerna hos ett barn när ett dödsfall har skett. Barnet förlorar sin trygghet och tror att när pappa har dött så kan det även hända mamma. De är oftast mer rädda att det ska hända något med den andra föräldern än att de ska hända dem själva någonting (Dyregrov, 2007). Även Björklund och Eriksson (2000) tar upp ångest som en av barns vanligaste reaktioner vid sorg efter dödsfall, allra helst när det är någon i den närmaste familjen som avlidit.

Ekelund och Dahlöf (2005) menar att det finns åtta vanliga sorgereaktioner hos barn

*Ångest:* Barnet kan visa rädsla, kan bli rädd för att bli övergiven igen, det kan även bli klängigt och göra motstånd vid vanliga separationer som till exempel att bli lämnad på förskolan. Ångesten finns även där enligt Björklund och Eriksson (2000) inför det obegripliga som inträffat, den kaotiska och skrämmande verkligheten barnet kastas ut i efter förlusten av någon som stått för trygghet i barnets vardag.

*Ledsenhet:* Längtan och saknad i perioder som varar olika länge. Barnet kan vara otröstligt, det kan även ha lätt till gråt i helt andra sammanhang och dra sig undan.

*Sömnrubbingar* gör så att barnet kan få svårt att somna, drömmer mardrömmar eller sover ovanligt mycket. Det är vanligt att barnet vill sova med föräldrarna.

*Kroppsliga reaktioner* kan göra att barnet får huvudvärk, muskelvärk, mat- och magproblem.

*Ilska* kan förekomma om en förälder tar självmord men är, enligt Ekelund och Dahlöf (2005), annars inte så vanligt. Men Andersson (1995), skriver att reaktionen på smärtan ibland kan visa sig även i ilska, både som raseriutbrott och som ilska mot den som berättat vad som hänt.

*Regressivt beteende* gör att barnet tillfälligt kan gå tillbaka i utvecklingen och tappar det som det nyligen lärt sig. Små barn kan börja kissa på sig och de kan även vara i mer behov av närhet.

*Inåtvändhet* kan få barnet kan tappa leklusten och glädjen i vardagen. Det kan tvivla på att det någonsin kommer bli glad igen. Kan även få skuld känslor över det inträffade och fundera mycket.

*Otäckta minnesbilder* kan komma som mardrömmar eller som bilder i minnet. Barnet kan känna rädsla för att den som dött ska komma och spöka. Om barnet tänker på den döda mycket är det lätt att det tillslut tror sig se den döde.

Ångest och rädsla tar Dyregrov (1990) upp som de vanligaste reaktionerna för barn när någon nära anhörig avlidit. Det kan visa sig på olika sätt, småbarn blir exempelvis ofta klängiga och mer krävande. Är det den ena föräldern som dött kan de visa rädsla över att det ska hända den föräldern som är kvar i livet. Barnet kan även känna rädsla för att själv dö och få svårt med separationer.

Björklund och Eriksson (2000) tar upp att ett dödsfall som skett genom självmord ofta gör det svårare för vuxna att berätta för ett barn då de inte vet vad de ska säga och hur barnet reagerar. Men även om det är ett självmord mår barnet bäst av att få veta sanningen anser de. Barnet kan annars få höra det från andra håll och kan då känna sig sviket och förtroendet för den som tidigare berättade om dödsfallet utan att berätta att det var ett självmord, kan brytas och vara väldigt svårt att bygga upp igen. Reaktionerna hos barn vid sorgen av en anhörig som tagit sitt liv är i stort sett desamma som vid annat dödsfall. De reaktionerna Björklund och Eriksson (2000) tar upp just vid självmord är

*Övergivenhet* - gör att barnet kan tro att personen som tog sitt liv inte älskade dem tillräckligt mycket.

*Skuld* - kan få barnet tro att dödsfallet beror på barnet.

*Rädsla* - kan få barnet att känna att döden även kan drabba barnet självt.

*Vrede* - barnet känner vrede mot den som tagit livet av sig, mot andra och i vissa fall kan de känna vrede även mot "Gud" som tagit barnets förälder, syskon eller annan anhörig.

*Oro* - att andra närstående kommer att ta livet av sig och försvinna från barnet så de inte längre kan ta hand om och ge barnet trygghet.

*Förnekande* - kan göra att barnet inte vill låtsas om det som hänt och försöker förtränga det som inträffat.

*Skam* - barnet kan känna skam om andra i omgivningen tar avstånd för att de inte vet hur de skall bete sig. Barnet kan då tro att de tar avstånd av andra anledningar och känner skam inför det som skett.

*Stumhet* - att barnet inte kan känna någonting och heller inte pratar om det.

*Önskan* - barnet kan känna önskan över att allt ska vara över och bli som vanligt igen. Det kan även önska att det som hänt aldrig inträffat utan vill att det skall vara som innan, att personen i fråga kommer tillbaka.

Björklund och Eriksson (2000) skriver att många vuxna kan tycka det är obehagligt att tala med barn om döden, de vill att barnen skall leva i en skyddad värld. Dock finns ingen skyddad värld och barn mår bara sämre av att bli utestängda. Sanningen kan kännas allt för hemsk men ärlighet varar längst. Barn klarar av att höra mycket bara de tas på allvar och blir insläppta i de vuxnas känsloliv. Att berätta om självmord kan kännas värre än naturliga dödsfall som skett till exempel genom sjukdom, olycka eller ålder. Viktigt att tänka på, enligt Björklund och Eriksson (2000), är att vara så ärlig som möjligt även när vuxna talar med barn om dödsorsaken. Som vuxen kan man berätta att det finns många olika anledningar till död. Att några dör av cancer, andra genom hjärtinfarkt, olyckor kan vara en orsak till död, andra förorsakar sin egen död därför att personen i fråga är psykiskt sjuk.

Att förklara varför en människa tagit livet av sig är inte lätt, i synnerhet om personen som tog sitt liv aldrig gav någon förklaring. Men att berätta, att den som begår självmord mår så dåligt inombords att den inte ser någon annan lösning än att dö för att slippa må dåligt, kan vara bra. Barnet måste få veta att den som tagit livet av sig ändå älskade barnet och inte förstod hur ledsen det skulle bli när personen försvann. Barnet kan behöva höra många gånger att det var älskat annars kan det känna sig avskydd och tro att de bidragit till att den vuxne inte längre velat leva.

Barn som har varit med om en negativ händelse som de överlevt eller varit vittne till, har lätt att utveckla en skräck för det som för tankarna till denna situation. Barn som stöter på något som påminner om händelsen i fråga gör att de blir rädda. De kan reagera med stark ångest om de känner av lukten av rök om deras upplevelse varit brand, eller reagera på skott om de varit med om någon som blivit skjuten etcetera. Vid sådana krissituationer blir barns sinne mer öppet för liknande händelser och det kan ge liv till att de får kraftiga minnesbilder av det som hänt dem. Efter kritiska händelser finns det risk att händelsen etsar sig fast, vilket kan erinras till att olika upplevelser upprepas i deras minne om och om igen som en film. Det kan vara viktigt att som förskollärare/lärare berätta för barnen att det flesta barn reagerar olika vid krissituationer och vad för reaktioner som är vanliga, så att de kan vara beredda på vad som kan ske med dem. Det kan få dem att inse att de kanske inte håller på att bli tokiga eller att det inte är farligt när de får en stark upplevelse eller reaktion av det som har hänt (Dyregrov & Raundalen, 1994).

När barn får frågan om vad som gör dem ledsna är det vanligaste död, sjukdom och skilsmässa i familj och släkt, husdjur som dör, liksom att de är rädda för att något av detta skall inträffa.

En vers som en 12 årig pojke skrev till sin döde bror. Versen han skriver visar att han har funnit ett sätt att förmedla sin sorg till okända vuxna.

Jag föddes i Y-sala men kom till X-köping när jag var ett år  
Sen dess har jag stått på mina egna tår, ingen förstår  
Så jag gick vidare i sorg gick runt med en mask på ett-gråt jävla torg  
Ville aldrig berätta om sorgsna svarta hjärta  
Saknaden av dig gav mig en otrolig smärta  
Varför är du inte här frågar när blir tårar utan att sova  
Men 5 år har nu gått sen du gick bort  
Det känns som i går för livet är så kort

Den här versen talar om en stor saknad och smärta. Här verkar det som om han bearbetar sin sorg genom att skriva denna rapp vers till sin bror. Enligt Hartman, Torstenson (1986) anser de att denna pojke inte har kunnat prata med någon vuxen om sin sorg, inte ens sina föräldrar.

## **2.4 Barn i olika åldrar reagerar olika**

Det finns inte bara ett sätt att reagera på vid plötsliga förluster, i sorg och i trauman, eftersom människor inte är helt lika kan reaktionerna vara olika. Men enligt både Andersson (1995) och Dyregrov (1990) är det viktigt att sätta sig in i hur barn i olika åldrar reagerar, då deras förståelse hela tiden utvecklas. Ett litet barn har inte samma förståelse som ett barn som är några år äldre.

Även Willis (2002) tar upp att det är av stor vikt att vuxna förstår hur barn i olika åldrar uppfattar begreppet död, för att kunna hjälpa dem igenom sorgen. Barn under fem år uppfattar inte döden som något som varar för evigt, de tror att den som dött kommer tillbaka igen. Det märks på deras frågor som väcks när döden kommer på tal. Ekelund och Dahlöf (2005) tar upp att små barn inte förstår tidsbegrepp som alltid och aldrig. De kan använda ordet död utan att egentligen veta innebörden av det och därför anser Dyregrov (1990) att det är viktigt att vara konkret i samtalen med barn i förskoleåldern.

Som vuxen bör man inte försöka försköna det hela genom att säga att personen i fråga ”gått bort” eller har somnat in då barn inte förstår det utan tror att de då kommer tillbaka igen efter att de varit borta och att de som somnat vaknar igen. Att använda dessa uttryck kan även skapa ångest och rädsla hos barnet, eftersom det kan tro att mamma aldrig mer kommer

tillbaka när hon går bort på fest eller aldrig mer vaknar om hon lägger sig för att sova. Ekelund och Dahlöf (2005) poängterar att om man ska beskriva vad det innebär att vara död så måste man beskriva det så barn förstår, att den som är död inte kan röra sig, inte prata och inte tänka, det kan den döde inte idag och heller inte imorgon. De tar oftast orden mycket bokstavligt så förskönande omskrivningar ska man låta bli.

Det är även viktigt att barn i den här åldern behöver få höra att det inte är deras fel, eftersom de lever med sig själva i centrum tar de ofta på sig och tror att det är deras fel att det inträffade har skett.

När ett litet barn får ett dödsbud kan det snabbt gå tillbaka till leken, som om ingenting hänt. Det orkar inte känna smärta under längre stunder och delar ofta upp sörjandet, det känner och visar sorg i den takt det orkar med. Därför kommer och går sorgen för småbarn enligt Ekelund och Dahlöf (2005). Det är först när barnen kommer upp i skolåldern som de kan förstå att döden är oundviklig och kan då få dödsångest. När de blir äldre blir det även lättare att ta in andras perspektiv och känna medkänsla när till exempel en kamrat mister en anhörig.

## **2.5 Vad säger styrdokumentet om bemötandet av barn i sorg?**

Läroplanen för förskolan (LpFö 98) (Utbildningsdepartementet, 2006) tar även upp hur personal i förskolan skall förhålla sig till barn när de sörjer eller av andra anledningar behöver extra stöd. Då man själv får tolka innehållet i denna har vi granskat den och hittat ett par punkter som vi tycker tar upp detta ämne:

Den pedagogiska verksamheten skall anpassas till alla barn i förskolan. Barn som tillfälligt eller varaktigt behöver mer stöd än andra skall få detta stöd utformat med hänsyn till egna behov och förutsättningar. Personalens förmåga att förstå och samspela med barnet och få föräldrarnas förtroende är viktig, så att vistelsen i förskolan blir ett positivt stöd för barn med svårigheter. Alla barn skall få erfara den tillfredsställelse det ger att göra framsteg, övervinna svårigheter och att få uppleva sig vara en tillgång i gruppen (Lpfö 98, s 5).

Leken är viktig för barns utveckling och lärande. Ett medvetet bruk av leken för att främja varje barns utveckling och lärande skall prägla verksamheten i förskolan. I lekens och det lustfyllda lärandets olika former stimuleras fantasi, inlevelse, kommunikation och förmåga till symboliskt tänkande samt förmåga att samarbeta och lösa problem. Barnet kan i den skapande och gestaltande leken få möjligheter att uttrycka och bearbeta upplevelser, känslor och erfarenheter (Lpfö 98, s 6)

Riktlinjer:

Alla som arbetar i förskolan skall

- samarbeta för att erbjuda en god miljö för utveckling, lek och lärande och särskilt uppmärksamma och hjälpa de barn som av olika skäl behöver stöd i sin utveckling (Lpfö98, s 10).
- ge stimulans och särskilt stöd till de barn som befinner sig i svårigheter av olika slag (Lpfö98, s 10).

Dessa punkter anser vi tar upp hur pedagoger skall bemöta de barn som sörjer och därigenom behöver extra stöd. Att lek är en viktig del i barns utveckling bör alla som arbetar på förskolan vara medveten om. Leken kan även hjälpa barn att uttrycka sina känslor och upplevelser, därför kan detta tolkas att lek är barnens verktyg då de inte har samma verbala språk som vuxna. Om barn upplever något de blir känslomässigt påverkade av kan leken hjälpa dem att bearbeta det inträffade. Att pedagogerna på förskolan skall se varje enskilt barn och anpassa verksamheten efter det betyder att vissa barn kan behöva mer uppmärksamhet och stöd i vissa perioder. Ses varje barn som en enskild individ bör det gå att se när ett barn mår dåligt och

därför behöver mer av personalen på förskolan.

## **2.6 Lekarbetspedagogik**

Lekarbetspedagogik är en metod som används för att hjälpa barn som på olika sätt behöver stödjande lek. Sorg kan vara en av anledningarna till att barn kan få lekarbetspedagogik, men även barn som inte riktigt lärt sig hur man leker samt barn som behöver trygghet och uppmärksamhet av en vuxen, kan få detta. Metoden uppkom i mitten av 1970-talet och har sedan dess utvecklats. Det är en enkel metod som egentligen alla som arbetar med barn skulle kunna använda sig av (Sandén, 2005).

### **2.6.1 Lekpedagogikens bakgrund**

Enligt Sandén (2005) har metoden lekarbete används sedan 1976-77 och i början användes endast skapande material. Det var lektor Kerstin Gildebrand vid Umeå universitet som startade ett projekt för att prova hur lek och skapande kunde påverka barns möjlighet att förbättra sin koncentration och det vidareutvecklades sedan till lekarbete. Under de följande åren kom Gildebrand, Gunhild Westman och Laila Lindberg att tillsammans fortsätta utvecklingen av metoden. Gildebrand och Westman stod för den teoretiska delen, samtidigt som Lindberg utvecklade metoden praktiskt. År 1979 tillkom leksaker i arbetssättet. I Karlskoga gav Gildebrand och Lindberg den första utbildningen inom lekarbete 1978.

### **2.6.2 Lekarbetspedagogik som metod**

Metoden lekarbetspedagogik är en frivillig verksamhet. Om föräldrarna samtycker bjuds barnet in till ett första lektillfälle och får efter det avgöra om det vill fortsätta med lekarbete som då är en gång i veckan. Barnet får bekanta sig med rummet som innehåller leksaker som stimulerar till rollek och kreativ verksamhet. Alla lekrum har samma grundutbud av leksaker (Sandén, 2005) se bilaga 1.

Lekarbetspedagogik går ut på att lekarbetspedagogen och barnet tillsammans skapar en lugn och trygg situation med tydliga ramar, i vilken nödvändiga förutsättningar finns för att lekandet skall leda till utveckling och lärande. Den vuxne finns endast med och bekräftar barnet utan att berömma eller bedöma.

I lekrummet är det barnet som bestämmer vad som ska lekas, lekarbetspedagogen skall endast visa sitt intresse och engagemang i det barnet gör. På barnets initiativ kan den vuxne bli inbjuden att delta i leken, dock sker allt fortfarande på barnets villkor så den vuxne får anpassa sin roll i leken efter barnet. Lekarbete pågår 30 minuter åt gången med ett pass i veckan under en period -- längden på perioden kan variera efter barnets behov.

Metoden har enligt Sandén (2005) en avgörande betydelse för barn som är splittrade, okoncentrerade, otrygga och för barn som sörjer. Även för barn som är stimulansstyrda och för barn med negativ självuppfattning kan denna metod hjälpa. Barn som av dessa orsaker behöver lekarbete kan av olika skäl ha brister i något av områdena föreställningsförmåga och koncentration, förståelse av upplevelser och känslor, förmåga till kontroll och planering av handlingar samt självuppfattning och känsla av kompetens.



En lekarbetspedagog har vissa föreskrifter som den måste följa under lekarbetet för att metoden ska fungera. Dessa regler är följande:

#### Pedagogen

- Ställer inte frågor till barnet
- Besvarar inte alltid frågor som barnet ställer, utan lämnar frågan tillbaka obesvarad
- Har ingen fostrande eller tillrättavisande attityd
- Säger aldrig till barnet vad det skall göra eller kommer med förslag
- Förklarar inte, tillrättalägger inte, underlättar inte
- Ger inte beröm eller klander
- Beskriver endast med ord, det som barnet leker och gör i lek och skapande verksamhet (Sandén, 2005, sid. 13)

Innan lekarbete påbörjas med ett barn blir barnet informerat om vilka regler som gäller vid lektillfällena. Dessa regler är följande:

- Att barnet självt väljer vad det skall leka och hur de skall använda materialet
- Att barnet bestämmer över leksaker och material men inte över den vuxne
- Att barnet kan inbjuda den vuxne i rollek
- Att tiden måste respekteras samt
- Att stunden skall användas till lek och skapande verksamhet och inte till något annat. (Sandén, 2005, sid. 13)

### 2.6.3 Utbildning

Att vidareutbilda sig till lekarbetspedagog har gått att göra sedan 1976, då Gildebrand fortfarande arbetade fram metoden. Utbildningen fanns då som frivillig kurs under specialläraryrket vid Umeå universitet. Under senare år har utbildningen funnits på flera orter i landet. År 1990 knöts utbildningen för första gången till en högskola och blev poänggivande, 7,5 högskolepoäng (hp). År 1998 startades kursen även i Malmö där den år 2005 utvecklades och blev en 15 hp-kurs. För närvarande ges högskolekursen i Malmö.

Vissa kommuner har valt att anordna kurser i egen regi. Det enda som skiljer är att de eftertraktade högskolepoängen då uteblir. Kursuppläggning, handledning, litteraturlista samt syftet är detsamma.

Kursen syftar till att studenterna utvecklar och fördjupar sina kunskaper om olika lekteorier om lekens funktion i barns utveckling och lärande. Kursen syftar också till att studenterna utvecklar kunskap om den lekpedagogiska metoden och det förhållningssätt till barn och unga som krävs i arbetet med Lek som specialpedagogisk metod.

Utbildningen är både praktisk och teoretisk. Varje student har lekarbete med ett barn under minst tio tillfällen. Vilket barn det blir utses i samråd mellan barnets föräldrar, lärare och kurshandledare. Varje lektillfälle är 30 minuter en gång i veckan. Dessa lektillfällen spelas in på band och skickas till studentens handledare efter varje inspelning. Studenten får handledning och tips på förändringar den bör göra hos sig själv som lekarbetspedagog -- vad som görs bra och vad som bör förbättras.

Utbildningen är uppdelad i fyra delkurser och sker som distansutbildning och pågår under två terminer. Del 1 är förlagd på skolan och omfattar tre heldagar, del 2 är den praktiska delen då studenten under tio tillfällen har lekarbete med ett barn. Under denna period får studenten handledning varje vecka. Del 3 är litteraturbearbetningar med muntliga eller skriftliga redovisningar enskilt eller i grupp och del 4 omfattar även den tre heldagar på skolan. Del 2 och 3 sker oftast på hemorten.

Under de avslutande examinationerna bedöms studentens förmåga att självständigt bedriva lekarbete samt kunna identifiera och beskriva ett enskilt barns utveckling genom lek. Vid slutet av utbildningen presenteras lektillfällena med hjälp av barnets alster samt de lekmönster som studenten fyllt i efter varje lektillfälle (bilaga 2). Det sker även en skriftlig redovisning då anknytning till studentlitteraturen är en viktig del. Även den muntliga presentationen ska knytas till litteraturen.

Studenten bedöms utifrån sin förmåga att beskriva och analysera lek och lekförmåga ur ett teoretiskt perspektiv utifrån uppdraget En skola för alla och koppla kunskaperna till det egna arbetet med metoden.

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- beskriva och analysera lek och skapande verksamhet ur olika teoretiska perspektiv
- identifiera och analysera lekens betydelse för barns/elevs utveckling och lärande
- reflektera över konsekvenserna av bristande lekförmåga i En skola för alla
- självständigt genomföra lekarbetspass enligt metoden Lek som specialpedagogisk metod. (<http://www.edu.mah.se/SO602F/syllabus/>)

### **3. Metod**

Vi har valt att göra en intervjustudie där vi utförligt ville undersöka hur förskollärare gått tillväga när ett barn drabbas av sorg. Att vi valde intervjuer som metod beror på att det är ett känsligt ämne som vi anser är lättare att diskutera kring än att svara på en enkät. Genom intervjuer får man ut mera information, då det går att ställa följdfrågor. Som Kvale (1997) skriver får man en personlig kontakt och intervjun blir till en positiv upplevelse för både den som intervjuar och den intervjuade.

I intervjun frambringas kunskap i mötet mellan intervjuarens och intervjupersonens synpunkter. Själva intervjuandet är det mest engagerande stadiet i en intervjuundersökning. Den personliga kontakten och de ständigt nya insikterna i intervjupersonens livsvärld gör intervjuandet till en spännande och berikande upplevelse. (Kvale, 1997, sid. 117)

Av de olika intervjumetoder som förekommer i forskning av idag har vi valt att använda oss av den kvalitativa forskningsintervjun med intervjun som samtal. Frågorna vi förberett innan samtalet med våra intervjupersoner skrev vi så att de gav utrymme för reflektion och eftertanke. Detta intervjuunderlag skickade vi till dessa i förväg så att de fick en chans att förbereda sig på de kommande frågorna ( bilaga 3).

#### **3.1 Urval**

Genom att ta kontakt med en av de personer som var med och startade metoden lekarbetspedagogik fick vi veta att hon och några andra anlitas av enskilda kommuner för att vidareutbilda personal till lekarbetspedagoger. Hon är alltså en av de som håller i denna utbildning som inte är knuten till någon högskola. Vi fick genom henne tipset att ta kontakt med en kvinna som utbildade sig till lekarbetspedagog 1987. Hon var med som handledare när personal i en kommun utbildades i två omgångar under åren 2005 - 2007. Vi tog kontakt med henne och intervjuade henne (bilaga 4). När vi bokade in intervjun med henne erbjöd hon oss en lista med e-postadresser till 30 förskollärare och specialpedagoger i kommunen som gått utbildningen.

Till dessa skickade vi ett brev (bilaga 5) med förfrågan om intervjupersoner till vår studie. Av dessa var det dock bara en person som svarade och hon svarade att hon tyvärr ej kunde medverka i studien. Då vi vid intervjun med kvinnan, som varit handledare vid utbildningarna, berättade att vi inte fått mer än ett svar fick vi istället namn och telefonnummer till fem av dessa förskollärare som hon visste använde sig av lekarbetspedagogik. Till dessa ringde vi och alla var positiva till att bli intervjuade. Vi skickade till dem ett intervjuunderlag och personligt brev. De fick själva välja tid och plats för intervjun.

Då vi fått namn och telefonnummer endast till ett fåtal av dem som gått utbildningen ansåg vi att det kunde bli till fördel för lekarbetets positiva sidor eftersom det endast var personer som arbetade med metoden efter utbildningen. Vi valde därför, för att få ett bättre och mer trovärdigt resultat, att kontakta slumpvis utvalda personer från listan med alla som gått utbildningen - de som tidigare inte svarade på vårt e-post. Vi tog kontakt med dem per telefon, vilket av allt att döma var en bättre metod. Nu lovade de att ställa upp på en intervju. Vi hoppas att vi genom att utöka antalet intervjupersoner, och dessutom slumpmässigt välja ut de som vi kompletterade med, har fått ett resultat som ej medvetet vinklats enbart från den positiva sidan.

### **3.2 Planering och genomförande**

Vi valde att göra intervjuerna tillsammans för att få dem så lika som möjligt, då vi har olika bakgrund och erfarenhet. Även för att man uppfattar saker på olika sätt och därför ställer olika följdfrågor, anser vi att man på detta sätt får ut mer av intervjuerna.

Innan vi påbörjade en intervju hörde vi alltid efter om det godkändes att vi spelade in samtalet med hjälp av en bandspelare. De som godkände spelade vi in och antecknade knappt något utan koncentrerade oss på samtalet. De som däremot kände sig obekväma med bandinspelning och bad oss avstå detta, accepterade vi självklart det och förde då skriftliga anteckningar under samtalet.

Vi skrev bägge två för att få med så stor del av det som sades som var möjligt. Direkt efter intervjun renskrev vi den eftersom vi ville få med alla detaljer. Det fungerade bra det med, av den orsaken att vi hade det så färskt i vårt minne. Vi tycker själva att inspelning är en bättre metod då man under själva intervjun kan lyssna mer aktivt då man slipper försöka hinna med att skriva ner det som sägs. Att spela in intervjuerna på band gör även att man kan gå tillbaka och lyssna på dem flera gånger så man inte missar något relevant. Eftersom vi är två som gör detta arbete tillsammans är det lätt att vi uppfattar saker på olika sätt. Även av den anledningen är det bra att kunna gå tillbaka och ordagrant höra vad som sagts. Vi instämmer med det Kvale (1997) anser om bandinspelning vid intervju.

Intervjuaren kan då koncentrera sig på ämnet och dynamiken i intervjun. Orden, tonfallen, pauserna och dylikt registreras i en permanent form som intervjuaren kan återanvända till för omlyssning. (Kvale, 1997, sid. 147)

Kvale (1997) tar även upp det negativa med bandinspelning istället för att göra en videoinspelning. Han anser att miner och kroppsspråk inte blir registrerade vid en bandinspelning. I den här studien anser vi att det kroppsliga och annat än själva talspråket inte är relevant. Det var deras åsikter och erfarenheter vi ville få kunskap om.

Anledningen till att intervjupersonerna själva fick bestämma tid och plats för intervjuerna var att vi var två och den vi intervjuade var ensam. Det gjorde, förhoppningsvis, att det för dem kändes tryggare när de fick vara på ett ställe där de kände sig hemma.

## **4. Resultat**

Detta kapitel behandlar resultatet av våra intervjuer. Vi har intervjuat åtta pedagoger som gått vidareutbildningen till lekarbetspedagog. De är alla förskollärare i grunden, tre av dem har även vidareutbildat sig till specialpedagoger. De gick utbildningen till lekarbetspedagog vid två olika tillfällen. Några gick två terminer under läsåret 2005/2006 och de andra gick 2006/2007.

Vi har valt att strukturera resultatdelen så att vi delat in den i sju olika teman. Dessa teman är lekarbete som metod, så används lekarbete, kännetecken på barn som sörjer, arbetsgång vid användande av lekarbetspedagogik, erfarenheter inom området, krisplanen ger stöd samt resultat och utvärdering av lekarbete.

För att påvisa resultaten så utförligt som möjligt har vi valt att ha flera citat från våra intervju-personer, som även kommer att kallas respondenter, med i texten. De flesta av dessa citat har vi valt att formulera om från talspråk till skriftspråk - dock inte alla då vi anser att vissa behöver vara precis ordagrant som respondenten sagt eftersom det kan ha betydelse exempelvis för att påvisa tvekan svar. De ord som vi skrivit om till skriftspråk har vi endast ändrat vissa ord av talspråksskärhet till mer skriftligt korrekta ord samt tagit bort en del meningslösa uttryck.

### **4.1 Lekarbete som metod**

Respondenterna är alla överens om att lek är en väldigt viktig del i barns utveckling. Alla respondenter har nämnt vikten av lek i barnens utveckling under intervjun, dock betonar några leken i allmänhet medan andra framhåller metoden lekarbete.

Lek är en viktig del i barns utveckling då de utvecklas inom alla områden.

Sagt av en respondent. Hon anser att barn utvecklas inom alla områden, en annan respondent uttalar sig över vikten om lekarbete där även hon nämner att barnen utvecklas genom lek:

Lekarbete är att barnen arbetar med sin egen utveckling utifrån sin egen förmåga och utveckling.

Då vi bad alla vi intervjuade att berätta vad de själva anser att lekarbete är blev svaren lite olika utförliga, dock verkade alla se lekarbetet på ungefär samma sätt. De var överens om att det är en metod och ingen behandlingsform. En av våra respondenter berättade att det var en förskolemetod:

Lekarbetspedagogik är en förskolemetod som vi använder oss av tillsammans med alla andra metoder, det är alltså ingen behandlingsform utan en metod.

En annan av våra respondenter talar om det såhär:

Jag ska berätta hur det här verkligen hjälper barn, att bearbeta, sorg, smärta och allt vad man bär här inne (visar med handen över hjärtat) och då ska det inte blandas ihop med lekterapi.

Hur metoden fungerar och vad som är förutsättningarna för att det ska vara metoden lekarbete har alla respondenter samma syn på. Dock förklarar de olika utförligt vad denna metod står för. Att den är till för att hjälpa barn med svårigheter berättar tre av dem, en uttrycker sig genom att säga att den är till för att hjälpa barn med särskilda behov och två säger kort att lekarbete är att barn arbetar med sin egen utveckling. Att de som lekarbetspedagoger inte ska bedöma utan bara bekräfta barnet under lekarbetet betonar fem av våra respondenter. Många barn som får lekarbete har svårt med samspel med andra barn. Dessa barn börjar

oftast med att leka för sig själva i lekrummet, men efter ett tag blir de nyfikna på lekpedagogen och börjar använda denna som ett hjälpmedel i leken.

De börjar oftast leka själva det är ofta barn som har svårt med samspel som får det här och då bekräftar jag. Sedan kan de bli nyfikna och börja använda mig som ett redskap. Att jag ska vara hjälpare eller liknande och till slut får jag en roll - det är oftast alldeles i slutet. Då är det rollekt, ja då kan man se utvecklingen som barnen gjort.

Många barn leker också sin verklighet. Sju av lekpedagogerna säger att de ibland inte riktigt förstår vad barnet gör och då måste de hålla tillbaka bekräftandet. I början när de inledde med lekarbete hade lekpedagogerna lite svårt att inte prata för mycket, nu inväntar de lite mer och har börjat känna sig mer trygga i att hålla sig tillbaka, för att se vad som händer.

Man förstår inte alltid vad de gör, då måste jag hålla mig tillbaka med bekräftandet. I början så tror jag att jag pratade lite för mycket, nu inväntar jag lite mer och jag känner att jag blir tryggare i det här med att hålla mig lite mer tillbaka för att se vad som händer. Sen kan man alltid prata om vilken färg de använder och så om man vill säga någonting. Svårt i början att inte bedöma, barn vill gärna visa: Titta här, visst är det fint?

Barn vill gärna visa upp vad de har gjort och då är det svårt att inte berömma och bedöma. Man kan i stället säga ”jag ser att du har ritat en katt”, eller ”jag ser att du har använt gul färg”. En respondent berättar att hon haft många barn i lekarbete men att ingen är det andra likt.

Jag har haft många barn i lekarbete, men inget barn har lekt på samma sätt. De har alltid varit unika i sitt sätt, att leka. Jättekul!

En av respondenterna förklarar metoden lekarbete så här:

Den är till för att ge barn som av olika orsaker har svårigheter i samlek med andra barn. Det kan ha hänt någonting så det drabbats av sorg eller dylikt och har känslor som det behöver bearbeta. Vi har gjort i ordning ett rum. Alla lekarbetsrum ska se lika ut. Jag bestämmer tillsammans med föräldrarna och barnet en tid i veckan - det är alltid samma tid och samma dag. Vi går då till rummet och är där en halvtimme åt gången och leker. Tanken är att jag som pedagog bara ska vara där, jag ska bekräfta barnet, jag ska inte lägga in några värderingar och jag ska heller inte styra barnet på något vis.

Hon anser att metoden de använder sig av är till för är att hjälpa barn som av olika orsaker behöver det. Det kan vara barn som av olika anledningar har svårigheter, exempelvis i samlek med andra barn. Det kan även ha hänt något som barnet behöver bearbeta genom lek, till exempel om det drabbas av sorg. Andra respondenter har gett fler anledningar till lekarbete. Det kan vara ett barn som är ledset och inte verkar trivas med tillvaron - barnet kan då behöva bearbeta sin sorg i lugn och ro. Det kan även passa barn som har sen språkutveckling, barn som har dålig självkänsla, inte riktigt förstår lekkoderna eller barn som inte vågar ta för sig, är ängsliga och rädda. En pedagog säger att lekarbete är en väldigt bra hjälp till att stärka självkänslan och självförtroendet hos barn som behöver hjälp med det. En annan berättar att genom lekarbete kan barn med särskilda behov arbeta med sin egen utveckling utifrån sin egen förmåga.

En respondent berättar hur barnet ska känna i lekarbetsrummet och hur hon som lekarbetspedagog ska bemöta barnet i rummet:

Barnen ska känna att här kan jag komma till ro, här är det min lek som gäller, här kan jag bearbeta och behöver inte kolla in vad som är okej och inte. Ibland blir jag inbjuden i leken och ibland leker de själva. Ibland leker de tyst och ibland berättar de vad de gör. Oftast blir jag som pedagog inbjuden i leken men då är det barnet som styr vad leken ska

handla om och jag får vara den som följer med helt enkelt. Det gäller att vara en bekräftande vuxen i en lugn miljö där barnen kan bearbeta upplevelser och känna att det är okej, att inte ha en massa krav på sig, att det ska vara på ett speciellt sätt, utan barnet ska känna: Jag duger som jag är.

Här kan barnen leka ut det de känner att de behöver bearbeta och inte känna någon press. Här kan de leka det de inte vågar leka i sin vanliga barngrupp som de tillbringar många timmar med under sin tid i förskolan.

En annan av de vi intervjuade beskriver sin roll som lekpedagog så här:

Lekpedagogens roll i lekarbetet är att endast vara en bekräftande vuxen som möter det här barnet vid ett tillfälle i veckan under en period. Under lekarbetet är det barnet som bestämmer och avgör om lekpedagogen ska leka med. Lekpedagogen leder ingenting, utan finns bara tillgänglig och ger barnet all sin uppmärksamhet.

Att ha tillgång till en bekräftande vuxen kan vara en stor tillgång för barnet, då det känner att de får all uppmärksamhet under en halvtimme.

En av våra respondenter säger:

Lekarbete är för barn som på något vis behöver dela sina upplevelser med en vuxen - en vuxen som inte ifrågasätter eller berömmar. Att inte berömma kan ibland vara svårt. Det är lätt att säga: "Va duktig du är!" Det som är fel med att ge sådant beröm är att barnet kan känna att är jag duktig nu kan jag även få höra: "Va dålig du är!" Istället för beröm ger vi lekpedagoger vårt varma intresse. Där det är bättre att säga: "Nämen titta vad du kan!" Eller: "Titta vad du har gjort!"

Alla våra respondenter nämner att de själva som lekarbetspedagoger ska vara en passiv men intresserad vuxen.

En respondent berättar:

Det som är viktigt är att inte bedöma det barnen gör och i samtal med föräldrarna så går jag aldrig in på specifika leksituationer utan berättar i stort teman. Jag berättar inte vad de säger och hur de gör, utan de känner jag är mellan barnet och mig. Jag tycker att det ska vara en trygghet för barnet, de som händer här, stannar här men vill barnet berätta för sina föräldrar så får de göra det. De hör till etiken, det berättar jag även för föräldrarna när vi har första samtalet: "Jag kommer inte att berätta allt, utan det får barnet själv göra i såna fall."

Att pedagogerna inte berättar vad som sker i lekrummet är en trygghet för barnen, där känner de att de kan leka det som känns bra för dem för just den stunden

En annan respondent säger:

Det är viktigt att barnen får känna att de kan leka vad som helst här utan att behöva stå till svars för det sedan eller behöva känna sig dum. Däremot brukar jag aldrig säga: "Det du berättar för mig säger inte jag till någon." Det beror på att det kan hända att jag måste göra en anmälan, det lärde jag mig för 25 år sen. Jag hade då sagt till en pojke att allt stannade mellan honom och mig, men när pojken berättade att hans pappa slog honom måste jag göra en anmälan. Pojken blev väldigt besviken på mig och han fick ut för det hemma. Som tur är händer det väldigt sällan att en anmälan behöver göras.

## 4.2 Så används lekarbete

Alla lekarbetspass är lika långa, det finns ramar både för hur långt ett pass ska vara och hur ofta varje barn ska ha ett lekpass.

Varje lekarbetspass är på 30 minuter en gång i veckan, vi har en äggklocka för att ha koll på tiden. Det är den halvtimmen som gäller, inte längre. Städning är inget måste utan det får barnen själva avgöra om de vill hinna med på sin lekhalvtimme. Allt återställs till ursprungsläget i rummet innan nästa lekpass, vilket jag som pedagog ser till att det blir gjort.

Varje lekrum bör ha en äggklocka för att både barnet och lekpedagogen ska ha koll på tiden, det är alltid en halvtimme som gäller. Städning av lekrummet är inget som ingår i den tiden, utan det utförs av lekpedagogen efter varje lektillfälle, om inte barnet själv väljer att städa. Alla våra respondenter berättar att deras lekrum innehåller de leksaker som ska finnas i rummet enligt en lista (bilaga 1). Materialet i lekrummet är i stort sett lika överallt. Det som kan skilja är att de har olika gubbar, bilar och dockor.

På den här förskolan har vi ett eget lekarbetsrum, som ska användas när ett barn behöver det och det är endast då rummet används. Materialet som finns här är det som ska finnas, bland annat dockskåp med dockor, bjudservis, telefoner, doktorsväska, tama och vilda djur, motorfordon, soldater, sandlåda, vattenfärger, lera och kriter.

På en del ställen finns lite mer saker eller lite annorlunda, men det är listan som utgör grunden.

Rummet innehåller det material som ska finnas enligt listan, men i det här rummet finns lite mer skapande material och även en del som är riktat till äldre barn då de på särskolan finns barn och ungdomar ända upp till år 9.

Den lekpedagogen som uttalade sig ovan delar sitt lekrum med en lekpedagog som arbetar med barn på särskolan och hon använder sig av denna metod med barn och ungdomar ända upp till skolår 9.

Alla våra respondenter försöker i möjligaste mån att alltid ha samma dag och tid för barnet, dock kan det vara svårt att få till det berättar en respondent som arbetar som förskollärare på en avdelning. När det är mycket som händer på avdelningen så det kan vara svårt att gå iväg men de försöker åtminstone ha samma dag i veckan.

Alla lekpedagoger har en period på cirka tio tillfällen per barn. I vissa fall kan dock lekarbetet fortgå längre om det är traumatiska upplevelser eller om de ser att barnet har långt kvar innan det bearbetat det inträffade. Behöver barnet mera tid görs ändå en utvärdering efter den tionde gången, där både föräldrar och personal på förskolan får framföra sin åsikt om de anser att lekarbetet bör fortgå. De tre av våra respondenter som är utbildade specialpedagoger berättar att de hela tiden har barn på kö:

Lekarbete är minst tio gånger per barn och jag har många barn som jag har lekarbete med eller som står på tur - det är kö. Därför är det lite svårt att ha mer än tio gånger per barn.

En av respondenterna berättar att perioderna kan variera i längd då det är utifrån barnets behov:

Det är beroende på barnet hur lång period lekarbetet pågår. En del barn behöver lite mer och andra lite mindre tid.

En av lekpedagogerna brukar ibland ge ”lite påfyllning” som hon kallar det:

Men det är klart är de lite traumatiska upplevelser med så måste lekarbetet fortsätta eller om man ser att det här barnet har långt kvar, då måste det läggas till ett par gånger utöver de tio. Sen kan jag ge lite påfyllning efter ett tag, barnet får fem tillfällen till, om man har haft tio gånger under en termin så sen kan man lägga till lite nästa termin och ha fem tillfällen till, men bara om det vill.

En av våra pedagoger menar att:

Man skulle kunna ha barn i lekarbete hur länge som helst för det är som balsam för dem, men bra är att man kan köra tio gånger och ha ett uppehåll. Desto tidigare vi kan sätta in det här ju bättre och det är därför vi har satsat så mycket på förskolan. Det är ett verktyg, för är man inte hel här inne (lägger handen på hjärtat) så spelar det ingen roll vad vi lär barnen. Man tror att man ska kunna pula in kunskapen i dem för att de ska nå målen. Vi vuxna fokuserar så mycket på detta så kanske glöms det bort att titta upp och se hur barnen mår här inne (lägger handen på hjärtat). I första hand bör man hjälpa barnen att hitta en väg ut och kan det här då vara ett hjälpmedel är det väldigt bra. Det vet vi att det är. Vi har hjälpt massor av barn, bara på att de blir gladare ser man att de presterar mer och tycker att det är roligare i skolan. Genom lekarbete får de bearbeta sina inre känslor.

Ofta runt åttonde, nionde gången märks det på barnet att det börjar bli ”klart”. Sex av våra respondenter berättar att de har erfarenheter av barn som själva sagt att de var klara innan dessa tio lekpass var avklarade.

Ibland kan det behövas fler lekpass än tio men det händer även att ett barn säger till att det är färdigt med lekarbetet efter 7-8 gånger.

En annan berättar om det så här:

Flera barn har gjort slut med mig. Barn har sagt till mig att nu vill jag leka med mina kompisar även fast de tycker att det är kul. En pojke vände upp och ner på hela rummet på slutet, någonstans att nu var han klar. De var inget kaos utan mer att han skulle göra ett avslut. Lite spännande, tycker jag.

En respondent berättade om en pojke vars mamma dött. Hon hade lekarbete tillsammans med honom:

I början av lekarbetet var allting bara död och elände, lite våldsamt och argt. Men sen såg jag att med tiden, att han blev lite annorlunda och började leka lite andra lekar. Lekarbete brukar pågå under tio gånger, sen kan man förlänga om man känner att barnet behöver mer. Men när jag och den här pojken hade lekt sex gånger så såg jag på honom att han var helt klar. När vi hade lekt sjunde gången, sa han till mig att nu är jag färdig och då var han klar. Men vad han lekte, om begravingar och grävde ner, och nu är den död, och nu kommer den inte att finnas mer. Väldigt mycket sådana lekar. Jag tror på något sätt att det gick över för honom, att han fick leka av sig. Nu var han klar och det syntes i hans lek.

En av våra intervjupersoner berättar:

Jag har till och med en pistol, dock utan ljudeffekt. Jag tycker det är jättebra att det är någonting som får symbolisera barnens aggressivitet. Det här är inom lekens ramar. Det är hela tiden på låtsas och därför ska barnen kunna leka vad som helst. Det är en trygghet för barnen att de har klara och tydliga ramarna att här är det på lek och ingenting får vara på riktigt. Här är vi rädda om varandra och vi förstör inte saker.



Att lekarbete är på barnens villkor och att det är barnet som säger till om det inte vill, berättar en respondent om på detta vis:

Tio gånger är lekarbetet upplagt på, men ibland kan det bli mindre, ibland kan barnet säga att det inte vill. Det är alltid på barnets villkor, vi försöker att ha bestämda dagar och tider, så att också barnet vet. Barnet tycker att det är jätteroligt och vill oftast inte avsluta utan vill fortsätta leka i det hemliga rummet. Men vi har en klocka som ringer fem minuter innan lekhalvtimmen är slut, så det vet att det har en liten tid kvar.

Lekrummet är endast till för lekarbete och får inte utnyttjas av andra barn som inte har lekarbete, talar alla våra respondenter om, dock ändrar sig den ena mitt i meningen.

Bara lekarbete i rummet, men eller nja, de får leka härinne med en vuxen har jag sagt. Jag måste veta att rummet är iordningställt då jag kommer nästa gång. Övrig personal kan välja att gå in med ett barn, men då leker de som vanligt här inne. För de tycker att det är lite mysigt att vara här inne.

Två av lekpedagogerna tar upp att föräldrarna tidigare varit lite oroliga för lekarbetet, just för att deras barn skulle gå ifrån gruppen, men nu när de ser att det hjälper barnet så är de riktigt positiva till det.

I början förväxlades lekarbete med lekterapi, därför kan föräldrar ha varit lite osäkra och tyckt det varit lite konstigt. Numera är det mera rumsrent - man kan gå ut på nätet och läsa om det. Föräldrarna får webbadresser och telefonnummer om de vill veta mer om lekarbete.

De barn som får lekarbete uppskattar att gå iväg vid lektillfällena. Detta talar fyra av respondenterna om. En berättar så här:

De barn som får gå från gruppen och följa med till lekrummet upplever att de är utvalda och ser fram emot tillfällena. De andra barnen i gruppen säger ofta: Åhh, får jag också!

En annan av våra respondenter säger:

Det enda jag kan se negativt är att barnen kan känna sig utpekade när de går ifrån gruppen. Detta tror jag kan vara ett större problem bland de äldre barnen som går i skolan. Barnen på förskolan verkar mer känna sig utvalda och speciella. Många av de andra barnen på förskolan brukar bli avundsjuka och vill även de följa med.

De tre specialpedagoger som vi har pratat med tror själva att de har mer tid och lättare att få lekarbete att fungera än de som arbetar som förskollärare i en stor grupp med barn. Det kan vara svårare att gå ifrån för dem och att kontinuerligt försvinna från gruppen en timme varje vecka, då det är många barn och lite personal. Dessutom får inte vikarier sättas in hur som helst.

Två av våra förskollärare berättar att det är meningen att andra förskolor som inte har något eget lekrum ska kunna ta med sina barn till förskolor där det finns ett rum för lekarbete. De säger att det känns som att det har glömts bort. Andra förskolor verkar inte heller veta att de även kan nyttja de lekpedagoger som finns, fast de arbetar på en annan förskola. En berättar vidare att:

Det är inte meningen att vi ska använda vår barnfria tid till det här för den behövs till så mycket annat, så vi har lite svårt att få till det när vi ska lägga de här timmarna. Jag har fått jobba över, har försökt att ta mina tidiga dagar och stannat kvar, för vikarie får inte sättas in i barngruppen medan jag har lekarbete med något barn.

En av vår intervjupersoner som har varit med och utbildat lekarbetspedagogerna i denna kommun säger så här:

När jag gick ut och frågade om intresseanmälningar till kursen, så ifrågasatte jag att det blev förskollärare. Jag frågade efter specialpedagoger som arbetar mot förskolan. Rektorerna var stenhårda, det skulle vara förskollärare. Jag sa att det inte kommer att fungera i längden med förskollärare eftersom det är så sårbart i dag med neddragningar och sådant som innebär bland annat vikariestopp.

#### **4.3 Kännetecknen på barn som sörjer**

Fyra av våra respondenter poängterar att alla barn inte är lika så därför kan de reagera olika. Det gäller både när de drabbas av sorg och vid andra händelser. De berättar även att det som vuxen gäller att vara lyhörd och se till just det barnets behov. Att barnen kan bli utåtagerande nämner alla våra respondenter. Utifrån denna intervjustudie är utåtagerande det vanligaste kännetecknet på barn som sörjer. En av lekpedagogerna säger:

Barnen kan bli inåtvända och lite ledsna, de behöver inte gråta men ändå vara väldigt låga på något vis. Dock blir de oftast utåtagerande, eller i alla fall de barn jag har sett.

En annan berättar:

Barn som sörjer kan bli känslomässigt instabila och det kan visa sig i ilska och genom ledsamhet. De kan även vilja vara mer med de vuxna. Alla barn är olika och reagerar olika så det gäller att vara lyhörd för att se till just det barnets behov.

Andra svar vi fick på frågan hur det syns på barn att de sörjer var att barn kan bli väldigt stirriga, de kan bli lite aggressiva och även lite lynniga. De kan gråta ena minuten och i nästa skratta. De kan bli väldigt ängsliga och väldigt rädda om de som är kvar, om till exempel mamma har avlidit. Som en av våra respondenter berättade:

De måste ha koll på de som är kvar, så inte de också försvinner. Det är nästan så att det blir onaturligt. ”Var är pappa? Du får inte gå ifrån mig!” De är så rädda att den andra föräldern också ska försvinna. Får nästan en onaturlig kontroll över de som finns kvar.

Då barn oftast inte kan sätta ord på sina känslor kan de känna frustration, de känner att allt inte är som det ska. De kanske rent av känner att de mår dåligt men kan dock inte tala om vad de känner eller varför. Då är det inte konstigt att de känner frustration. Detta talar tre av våra respondenter om och beskriver sammanfattningsvis det som att om ett barn tidigare varit följsamt kan bli väldigt motsträvt.

Det kan även visa sig åt andra hållet, att de blir inåtvända och ledsna. De behöver inte gråta men blir ändå väldigt låga. En del barn visar ingen sorg alls, detta tog en respondent upp:

En del vill inte alls prata om det. Det beror också på vilken ålder det är på barnet. En del stänger av, som om det inte har hänt. Det är inte heller bra, då måste man nästan försöka att hjälpa dem till det så det inte blir något som ligger kvar.

De kan även vilja vara mer med de vuxna, de kan visa att de vill ha närhet och uppmärksamhet. Fyra av de intervjuade tog upp att barn som sörjer kan söka närhet. En uttalade sig genom att säga:

En del barn kan när de sörjer bli den krävande bebisen som behöver all uppmärksamhet. Barn kan reagera på så många olika sätt. Vi har haft ett barn där föräldrarna har legat i vårdnadstvist. När han skulle skiljas från ena föräldern märkte man sorg - han drog sig undan och satt gärna för sig själv - det var hans sätt att sörja på.

En annan sak som en av våra pedagoger berättade var att det inte behöver vara de barn som hörs och syns mest som behöver lekarbete. Det kan även vara de lugna och tysta barnen som ingen ser.

En av förskollärarna vi intervjuade berättade även hon att barns sorg visar sig på olika sätt. Hon gav ett exempel om en liten flicka på fyra år från Syrien som kommit med sin pappa till Sverige. Hennes mamma och fyra syskon var kvar i Syrien. Hon kunde endast några få ord på svenska. En dag satt den lilla flickan tillsammans med två andra barn och lekte med playdoler och började prata "allmänt om mamma". Efter ett tag fick den här flickan ett utbrott och skrek och slog med kaveln i degen. När den här förskolläraren fick se detta tolkade hon det som om det var barnets sorg efter sin mamma som visade sig i ilska.

"Barns sorg är randig", sagt av en av våra respondenter. Hon förklarade att barns sorg är randig då de inte tar till sig mer än de klarar av. Barn som får veta att någon har dött kan snabbt återgå till lekandet för att sedan ta till sig lite av det som sagts och då bli ledsen. De kan sörja på detta vis under en lång period, så det gäller att som vuxen vara medveten om detta och inte tro att barnet sörjt "färdigt" utan att det kan komma tillbaka men visa sig på olika sätt. Till exempel så kan barnet bli mer ledsen än vanligt i andra situationer. Det kan få separationsångest vid lämning och hämtning på förskolan, det kan bli mer uppmärksamhetskrävande och känna större behov av närhet. Även fyra av de andra vi intervjuat berättade om att barn sörjer i omgångar, som en av dem uttryckte sig:

De tar bara in det de orkar med för tillfället. Barn lever här och nu, de kan vara väldigt ledsna och säga att de längtar efter mamma för att i nästa minut gå och leka.

Sorg kan ibland visa sig på väldigt konstiga eller annorlunda sätt, där de vuxna inte alls säkert förstår att det är sorg. En av våra respondenter berättade

Sorg kan visa sig på konstiga sätt. Man kan till och med tro att det är en neurologisk störning ibland, men då är det sorg, stress eller miljön som gör att de får de här reaktionerna.

Därför gäller det att pröva alla tänkbara möjligheter och se barnet med dess beteende ur olika synvinklar innan en diagnos ställs, då det kan visa sig vara annat som ligger bakom problemet som till exempel att barnet sörjer.

#### **4.4 Arbetsgång vid användande av lekarbetspedagogik**

Hur förskolorna går tillväga när de ser att ett barn sörjer eller mår dåligt på något vis, kan se ut på lite olika sätt.

På förskolan, som den ena lekpedagogen arbetar, fungerar det så att när pedagogerna ser att ett barn kan behöva lekarbete kontaktas rektor som finns på förskolan. I samråd med varandra avgör de vilka barn som anses behöva lekarbete - detta sker alltid i samråd föräldrarna. Ibland kommer föräldrarna själva med önskemål om lekarbete till sitt barn. De har då oftast hört talas om denna metod genom andra föräldrar, att den är bra och att den fungerar. Hon berättade

Jag gick ut på ett föräldramöte efter avslutad utbildning och talade om vilken utbildning jag hade gått och att jag fanns. Direkt efter detta möte kom en mamma - hon frågade: "Skulle du kunna ta dig an min kille?" och så berättade hon hur han var. Hon blev jätteglad att få hjälp så det första barnet efter utbildningen fick jag genom att föräldern själv kom och frågade.

På en annan förskola görs ett åtgärdsprogram tillsammans med föräldrar, personal, rektor och specialpedagog innan de påbörjar lekarbete med barnet.

Ytterligare ett tillvägagångssätt är på de förskolor där de har barnkonferenser en gång i månaden. På dessa pratar personal på förskolan tillsammans med specialpedagogen om barnen, delvis om hela gruppen men det är även där det tas upp om pedagogerna känner sig lite oroliga för något specifikt barn.

De bestämmer då att specialpedagogen, i det här fallet är det hon som även är lekpedagog, ska komma och observera barnet, efter konsultation med föräldrarna. Bedömer lekpedagogen att barnet behöver lekarbete diskuterar de med föräldrarna igen och bjuder in barnet tillsammans med sina föräldrar till ett samtal i lekrummet. Därefter får föräldrarna ta ställning till om de vill att barnet ska få lekarbete. Även barnet får säga sin åsikt. Godkänner både barnet och föräldrarna, bestäms det vilka dagar och vilken tid lekarbetet skall pågå.

Att som vuxen alltid svara på barns frågor när det inträffat något, tar flera av respondenterna upp. Svaren bör vara så ärliga som möjliga och är det någon fråga vi inte kan svara på, ska även det berättas för barnet.

En av respondenterna berättar om en pojke på tre år, vars mormor som han tyckte väldigt mycket om hade avlidit. Föräldrarna hade då sagt till pojken att mormor var i himlen, att hon hade flyttat till himlen. När familjen ett tag senare skulle ut och resa var pojken väldigt förväntansfull inför flygturen. Föräldrarna trodde det var inför resan men då de åkte med planet och kom över molnen så fick han plötsligt ett kraftigt utbrott och bröt ihop totalt. Han trodde han skulle få se sin mormor däruppe i himlen och när han inte gjorde det blev han väldigt förkrossad. Samma respondent talar om vikten av att vara ärlig i beskrivningarna för barn så det inte blir samma missförstånd som här.

I samtal med barn om döden ska ingenting försöka förskönas genom att säga att personen som dött har somnat in, gått bort eller annat likvärdigt. Då barn tar allt som sägs på orden kan de bli rädda att somna eftersom de vet att mormor somnade in och aldrig vaknade igen eller så tror de att mormor kan vakna igen eftersom de själva vaknar efter att ha sovit.

De kan även bli rädda när någon skall gå bort på kalas eftersom de fått höra att mormor gått bort och aldrig återkommit. Som vuxen skall man inte tränga sig på, men viktigt är att finnas där för barnet och svara på dess frågor. Svaren behöver inte lindas in och inte utvecklas, utan svara på precis det barnet frågar. De brukar bli nöjda då och de kommer igen med fler frågor om det är något mer de vill veta. En respondent berättar om en pojke på följande sätt:

Han hade det väldigt jobbigt och han bodde i fosterhem. Hans mamma var alkoholist och pappan var nog narkoman, det var strul runt honom hela tiden. Han fick lekarbete och det var som balsam för honom. Jag glömmer aldrig första gången han hade lekarbete lekte han i dockskåp och iscensatte hela sin situation. Då är sättet för mig som lekpedagog i lekarbetet att bekräfta vad han gör vilket kan vara svårt så jag får verkligen tänka - det är väldigt svårt men nyttigt. Jag bekräftar alltså vad han gör, inte vad han säger. Var je person i hans omgivning fanns med i leken, sen blev det jordbävning och han begravde alla och satte en flagga på gravarna. Därefter gick han ut.

När ett barn gör så befinner det sig i en djup depression. Barn leker att folk dör men efteråt lever de alltid igen, men den här pojken plockade inte upp dem igen utan lät dem vara döda. Sådana gånger är det bra att ta kontakt med en läkare och berätta det här, även med XX - det är viktigt att ha den här kommunikationen. XX sade till mig att jag skulle ha ett till lekarbetespass med den här pojken samma vecka. Under det passet lindade han in sig i lina, det var precis så han kände sig. Han visste inte vart han skulle ta vägen och det var kaos. Efter detta förberedde jag så att han fick komma till barnpsyk.

I det fortsatta samtalet berättar respondentent att pojken kom in på barnpsykiatri och var inne ett tag. När han kom tillbaka började hon ha lekterapi med honom igen. Då började han leka från hela stadiet, han gick ifrån att kladda in sig i lera och han sög på nappflaska. Han gick hela vägen, från att ha lekt spädbarns lekar till det att han satt vid ett bord och pratade och bjöd mig på kaffe. Det var en enorm utveckling.

#### 4.5 Erfarenheter inom området

Respondenternas gemensamma erfarenhet är att de är utbildade förskollärare och har i flera år arbetat i barngrupper. De har alla vidareutbildat sig till lekterapeuter. Flertalet av de som vi intervjuat säger att de själva har sett att leken är en väldigt viktig del i barns utveckling. Det är genom leken de lär sig och gör sina framsteg.

Alla respondenter har använt sig av denna metod med ett eller flera barn, då det var en del av utbildningen. Efter utbildningen har de haft olika många barn i lekterapi. Två av våra respondenter har inte använt sig av metoden efter avslutad utbildning. Dessa två har inte använt sig av den på grund av tidsbrist. De andra sex har använt sig av metoden, fem av dem har använt sig av den på fler än åtta barn. De säger att de hela tiden har barn på kö och de har lekterapi med så många som möjligt utifrån den tid de har. Den som använt sig av metoden efter utbildningen men inte med så många barn, har haft två barn. Hon arbetar som förskollärare i en barngrupp och även hon tar upp att det är tidsbrist som gör att inte fler barn fått ta del av denna metod.

En respondent ger ett exempel på sin erfarenhet hur lekterapi kan hjälpa barn:

Det finns barn som har missat leken. Det är i förskolan den här problematiken ses. Jag vet att det är en lekpedagog som har haft ett barn till alkoholiserade föräldrar. Den flickan hade varit mamma till sin mamma och inte lekt någonting. När hon fick lekterapi gick hon igenom alla lekstadier. Hon började leka från början, först bebislekar och fortsatte sedan hela vägen upp till lekarna hennes jämnåriga kompisar lekte. Barnet måste få gå igenom alla faserna, det måste ta varje steg och finns då lekterapi som hjälp är det otroligt bra.

En annan av våra respondenter berättade om en 4,5 årig flicka som visat sin utveckling på samma vis:

Båda flickans föräldrar var missbrukare och separerade. Hon hamnade då i en fosterfamilj tillsammans med sin lillebror från början var det tänkt att barnen akut skulle vara i fosterfamiljen dock bara i 3 månader. Därefter skulle de få flytta hem till föräldrarna igen. Detta blev hela tiden uppskjutet så både barnen och fosterföräldrarna blev gång på gång svikna. På den här flickan visade sig resultatet av lekterapeuten tydligt. Från början lekte flickan på två olika sätt, det ena lekte hon som vilken 4-åring som helst medan det andra sättet var genom att sortera, gömma, lukta, hålla osv. Efter ett tag såg hon att det var precis samma lekar som en 1-2 åring leker. Genom att göra det tog hon igen det hon missat lekmatigt i sin uppväxt. Hon gick tillbaka till ett litet barns lekstadium och jobbade sig uppåt, precis som en trappa - för att ta sig upp i trappan måste varje trappsteg tas. Från början pratade flickan mest hela tiden och kunde inte sitta stilla och koncentrera sig på bara en sak. Under tiden som gick märktes det att lekstadiet tillslut blev endast på ett sätt och då på en 4-årsnivå.

Denna erfarenhet är ett bra exempel på hur leken hjälper barnet. De flesta av våra respondenter berättade om barn de haft lekterapi med. En berättar:

Under utbildningen hade jag en pojke som var 4 år och hans mormor avled. Den pojken hade jag lekterapi tillsammans med 18 gånger, att det blev så lång tid berodde på att han mådde väldigt dåligt och hade många problem. Han hade ingen kontakt med sin pappa och mormor hade alltid funnits där för honom, hon bodde till och med i samma trappuppgång.

Den här pojken hade även ADHD och han ville i perioder bara dö - för att få träffa sin mormor igen. Under lekarbetets gång kunde jag inte se att han verkligen bearbetade det inträffade men genom att gå på lekarbete lärde han sig att leka mycket bättre. Innan var de andra barnen på förskolan rädd för honom eftersom han blev arg väldigt lätt och fick utbrott. Efter lekarbetet fungerade han mycket bättre tillsammans med andra barn och kunde stanna upp och tänka innan han blev arg.<sup>1</sup>

En annan respondent berättar:

Jag har varit med om barn som har gått igenom sorg, Jag har haft barn som har suttit i en garderob och velat ta livet av sig. Nu kan jag hjälpa de barnen när jag har ett verktyg att arbeta med.

En av intervjupersonerna visar två teckningar för oss och berättar om flickan som ritat dessa:

I början av lekarbetet ritade flickan en bild av en flicka som inte hade några armar. Hon var ritad med svart tuschpenna, munnen var röd och hjärtformad annars innehöll teckningen inga färger och det var heller ingen bakgrund. Håret på flickan var bara tre streck på var sida av huvudet. I slutet av lekarbetet ritade hon en ny teckning med en flicka som var formad precis likadant som den första. Denna gång var det dock mycket färger och hon hade fått armar. Det var bakgrund med en sol, gräs, blommor och en text där det stod bland annat mamma och pappa. Jag tycker det kändes som hon ritat teckningen till dem. Den här flickan berättade själv en dag att nu är jag klar med lekarbete och nu vill jag ut och leka med mina kompisar. Hennes beteende hade förändrats från att inte kunna sitta still och vara tyst till att sitta still hela passet och bara koncentrerat sig på att rita.

#### 4.6 Krisplanen ger stöd

En av specialpedagogerna berättade att hon frågat rektorn på en av de förskolorna hon arbetar på, om de hade någon krisplan. De hade en krisplan - dock var den under omarbetning, så den kunde hon inte visa oss. De har en och att de håller på att göra den bättre med olika råd och tips. Om det händer något på förskolan ska den vara lätt att ta fram och läsa. Vi frågade även om föräldrarna fick medverka vid utformningen av krisplanen men det fick de inte. Hon tyckte dock att det var en bra ide.

Att man på föräldramöte låter föräldrarna vara lite mer delaktiga i hur den ska se ut, vore bra. Det är viktigt att föräldrarna vet att en krisplan finns och vad som står i den ifall det skulle hända något och att de vet hur pedagogerna går tillväga.

En annan specialpedagog skulle höra med sina rektorer hur de arbetar med detta material så att det inte bara är en produkt sittandes i en pärm som endast tas fram vid en eventuell krissituation - och den måste aktualiseras. I krisplanen går de in på olika händelser som barns försvinnande, pedagogs dödsfall och andra krissituationer. Den ska vara väldigt tydlig.

På en annan förskola har de väl utarbetad krisplan om det skulle hända något. Av den pedagogen fick vi deras krisplan (bilaga 6). En av förskolorna vi var till hade en krislåda, som tas fram vid dödsfall. I den finns saker som, ljus, duk och lite olika böcker om sorg som tas fram och används när någon dör.

---

<sup>1</sup> **Adhd, Attention Deficit Hyperactivity Disorder**, är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. Adhd kan främst beskrivas som en uppmärksamhetsstörning med inslag av koncentrationssvårigheter eller impulsivitet. Barn med adhd har problem med arbetsminnet, den del av minnet vi använder för att bearbeta det som händer just nu. Arbetsminnet hjälper oss att behålla koncentrationen och hålla kvar saker i minnet, som exempelvis ett telefonnummer. Barnen har också svårt att samspela med andra och att anpassa sig till sociala mönster. De är antingen överaktiva eller oföretagsamma, hoppar runt eller sitter tysta i ett hörn. ( <http://www.rbu.se/start.asp?sida=7240>)

En respondent säger:

Jag kan inte den här utan och innan. Men det står ju hur vi ska gå tillväga vid olika situationer när ett barn, personal eller förälder avlider, när någon försvinner eller vid brand. Allting finns ju med här, vad vi ska göra. Den finns på alla avdelningar - vi läser den emellanåt för att friska upp minnet.

#### **4.7 Resultat av lekarbete**

Alla respondenter är överens om att lekarbete fungerar. Alla fick under sin utbildning pröva att använda sig praktiskt av metoden, så alla har åtminstone testat den. Efter utbildningen har den används olika mycket av dessa lekarbetspedagoger. Då alla har provat metoden, kunde även alla uttala sig om de ansåg att den fungerade eller inte. Alla hade sett att barnen gjort framsteg och förändrats under lekarbetets gång. Barnen hade gjort mer eller mindre framsteg, men alla hade gjort en utveckling framåt.

En pedagog berättar att under lekarbetets gång för lekpedagogen anteckningar. Lekpedagogerna använder två färdigtryckta formulär som de fyller i efter varje omgång. Den ena visar barnets lekmönster, där de kryssar i vilket material barnet använt sig av (bilaga 2). Den andra blanketten är sammanfattning av lekarbetet, där de bland annat fyller i barnets humör och vad barnet har lekt (bilaga 7). Föräldrarna får också ett formulär som de under lekarbetets gång fyller i, för att sedan ta med till utvärderingen - detta gör de för att se om barnen förändrats även hemma och hur det då visat sig.

En av respondenterna som arbetar som specialpedagog berättat att även pedagogerna på förskolan får ett formulär att fylla i om barnens beteenden, där det är speciella punkter på vad de ska titta på hos barnet. Efter att alla lekarbetspass är avslutade har lekpedagogen en utvärdering tillsammans med föräldrarna och de övriga pedagogerna som barnet är i kontakt med i sin dagliga verksamhet.

Alla respondenter intygar att resultatet av lekarbete visar sig både i lekrummet, hemma och på förskolan - barnet förändras till det positiva på alla dessa ställen.

Det brukar synas ganska tydligt när barnen börjar bli klara, det märks även hemma och på förskolan. De börjar leka, de har blivit lugnare och har lättare att ta kontakt med andra. De börjar även ta för sig mer och det har stärkt dem så att de vågar finnas. Jag ser fantastiska framsteg. Barnen har blivit bekräftade att de är viktiga och att de duger precis som de är.

Då den här metoden inte går ut på att analysera barnet är det svårt att påvisa precis vad som förändrats, när det förändrades och varför.

Huruvida lekarbete fungerar på barn som har ett neuropsykiatriskt funktionshinder var någonting tre av våra respondenter tog upp under samtalet, oberoende av varandra och utan någon ledande fråga. Det råder dock delade meningar om det fungerar eller ej. Två av våra respondenter talar för att detta fungerar även på de här barnen, dock lite annorlunda och möjligtvis i mindre utsträckning.

En av pedagogerna talar om att det enligt forskarna inte fungerar med lekarbete på barn med Aspergers syndrom och barn med ADHD, men av egna erfarenheter har hon sett att det fungerar även bland dessa barn. Dock inte i lika stor utsträckning, men även de här barnen trivs med lekarbete eftersom de själva får styra leken och samtidigt tränar upp koncentrationen.

## 5. Diskussion

Här ska vi redogöra och diskutera resultaten vi fått fram utifrån litteratur och intervjuer. Till att börja med diskuterar vi metoden i vårt arbete och vilka tankar som väcktes före, under och efter intervjuerna. Därefter diskuteras resultaten och slutsatserna vi fått fram.

Då vi påbörjade detta arbete hade vi endast hört ordet lekarbetspedagogik och fått höra att det var en metod som hjälpte barn i sorg. Detta väckte vår nyfikenhet och vi valde att börja med att ta reda på vad denna metod stod för och hur den fungerade. Vi började därför med att ta kontakt med en av de som startade och byggde upp metoden i mitten av 1970-talet. Genom henne fick vi mycket information och även tips om kommuner som har utbildat personal inom detta område.

Vi tog kontakt med en person som varit med och vidareutbildat personal i en mellanstor kommun. Efter att via mail ha frågat alla som utbildat sig till lekpedagoger i den kommunen, utan resultat, fick vi genom henne hjälp med att hitta personer som var villiga att ställa upp på intervju. Att bli hjälpta med att få kontakt med dessa lekarbetspedagoger kändes väldigt bra då vi började känna oss stressade över hur vi skulle lösa det med intervjuer då ingen av de vi mailat till verkade intresserade. Däremot kan hjälp även stjälpas ibland, i detta fall fick vi genom hjälpen bara kontakt med dem som använder sig av sin utbildning och troligtvis är det dessa som ser denna metod som endast positiv. För vår del kunde detta göra att resultatet inte skulle bli helt sanningsenligt, då vi i så fall kanske skulle få med det positiva med lekarbete.

För att undvika detta kontaktade vi slumpmässigt utvalda på maillistan vi fått och genom att ta kontakt med dem via telefon fick vi även några av dessa att ställa upp, vilket kändes väldigt bra för vår del.

Intervjuerna bokade vi in med var och en av våra respondenter - de fick välja tid och plats för intervjun för att känna sig säkrare då vi var två och intervjupersonen var ensam. Vi skapade, genom lite kallprat innan, en god kontakt där vi hoppas att både vi och intervjupersonen kände sig trygga. Stämningen kändes bra och samtalet blev ett öppet samtal, där vi lät intervjupersonen berätta och vi bekräftade det som sades, lyssnade aktivt och intresserat. När tillfället gavs och följdfrågor uppstod hos oss, ställde vi dessa. Vi såg även till att vi fick svar på alla frågor vi skrivit ner tidigare, de kom oftast med automatiskt i samtalet, men då de inte gjorde det så ställde vi dessa frågor. På så vis fick vi alla frågor besvarade utan att det blev en stel intervju med bara fråga - svar, fråga - svar.

Syftet med detta examensarbete var att undersöka hur lekarbetspedagoger bemöter barn som har sorg. Hur pedagoger på förskolan som vidareutbildat sig inom detta område genom lek kan hjälpa barnen igenom sorg. Även hur andra vuxna kan underlätta barns sorg - för att kunna hjälpa behövs kunskap om barns sorgehantering.

Mycket av den tidigare forskningen som utförts på området menar att det är viktigt att vuxna i barns närhet är medvetna om barns sätt att sörja. Då barn inte alltid sörjer som vuxna behöver de vuxna få kunskap om hur barn sörjer för att förstå barnens handlingar och delar av deras tankar. För att genom detta ha möjligheten både att hjälpa barnet vidare och ge det möjlighet att uttrycka sin sorg istället för att stänga den inne. Barn behöver få bearbeta det inträffade för att kunna gå vidare annars kan det enligt Dyregrov (1990) visa sig på andra sätt senare i livet, till exempel kan personlighetsutvecklingen påverkas.



Då även barn som ännu inte kan uttrycka sig med ord känner sorg bör alla som arbetar med barn ha kunskap om detta och på andra vis än genom samtal hjälpa dem i sorgen. Både Knutsdotter Olofsson (1987) och Lindquist (1990) tar upp att lek är en viktig del i barns utveckling. Det är även genom leken de kan kommunicera och uttrycka sina känslor då de ännu inte kan sätta verbala ord på dem. Av den anledningen har vi valt att granska hur man genom lek kan hjälpa barnen att arbeta med sin sorg.

Efter att ha granskat litteratur i ämnet barn i sorg samt genom kontakter fick vi höra talas om metoden lekarbetspedagogik. Då denna metod är skapad för att hjälpa barn med tillfälliga problem och barn som sörjer ansåg vi att det var precis vad vi sökte och valde att fördjupa oss i detta.

Att barn genom lek får bearbeta sorg, låter väldigt positivt. De åtta lekpedagoger vi har intervjuat, som själva har erfarenhet av lekarbete, har samma inställning. De tror på lekarbete och har genom att arbeta med denna metod sett att det verkligen fungerar. Hur barnen genom lek kan bearbeta det inträffade och bli hjälpta av detta. Då de efter lekarbetet gjort utvärdering har både de själva, personal på förskolan och även föräldrarna sett att barnen blivit hjälpta. Barnen blev lugnare, mer harmoniska och positivare än innan lekarbetet. Genom lek kan barnen få en distans till det de upplevt enligt Knutsdotter Olofsson (1987). Barn kan genom lek upprepa det inträffade och på så vis bearbeta det de varit med om. Det är detta som är syftet med lekarbetspedagogiken. Då barn inte alltid förstår sina egna känslor kan de heller inte sätta ord på dem.

Trots att vi valt att intervjua personer som inte aktivt arbetar med metoden lekarbete kontinuerligt kände vi att lekarbete låter endast positivt. Detta låter i våra öron konstigt för om detta är så positivt, blev vår stora fråga, varför används det då inte på alla förskolor? Svaren vi fick när vi ställde frågan om det verkligen inte fanns något negativt med metoden var att det inte fanns något negativt utan att metoden var endast positiv. Det enda våra respondenter kunde säga om varför inte alla förskolor använder sig av den som en del av vardagen på förskolan, var tidsbrist. På de förskolor där metoden knappt används längre beror det på att dessa förskollärare inte kan gå ifrån barngrupperna - därför måste de använda sig av sin fritid för att genomföra detta, vilket blir ohållbart i längden.

Dock tar Fahrman (1993) även upp att alla upplevelser i barns liv inte går att leka sig igenom för att få förståelse och distans till. Detta tolkar vi som en av de få anledningar till varför lekarbete inte endast är en positiv metod, emellertid finns inget som säger att lek kan leda till negativa konsekvenser. Då lekarbetspedagogiken är en metod som går ut på att barnet själv bestämmer sin lek och sina handlingar i rummet - de blir aldrig inledda på något utan väljer helt själva. De vuxna lekarbetspedagogerna försöker aldrig leda in barnen på något, det är barnen själva som bestämmer på vilket sätt de använder sin tid i lekrummet.

Vi anser dock att tiden är väl använd eftersom trygghet är den viktigaste grunden och saknas grundtryggheten kan det visa sig negativt i barnens fortsatta utveckling, även senare i livet. Får barnen den hjälp de är i behov av redan när de behöver den visar det sig positivt både för individen i fråga och även för hela samhället, tror vi. Hjälps barnen att bearbeta sin sorg vid tillfället när sorgen uppstår kan många av dessa barn gå vidare i livet och klara sig från negativa konsekvenser, som sorg kan ge om den stängs inne.

När de skulle utbilda lekarbetspedagoger så tyckte hon som skulle utbilda dem att det skulle vara fler specialpedagoger, eftersom de har mer tid att planera in sina lekarbeten. Hon menar att de inte sitter fast i någon barngrupp. Dock sa rektorerna ifrån, det skulle vara förskollärare,

men bevisligen så fungerar inte detta inom alla förskolor. Allt känns lite rörigt, på vissa förskolor säger de att de har kö till lekarbetet och på andra förskolor sägs att det inte finns barn som är behov av lekarbete. Man kan då tycka att lekpedagogerna på de förskolor där det inte finns barn med behov skulle kunna hjälpa till på de ställen där de har kö. Tyvärr verkar denna information att de kan låna ut sina lekpedagoger inte ha gått fram.

Dock tar Fahrman (1993) även upp att alla upplevelser i barns liv inte går att leka sig igenom för att få förståelse och distans till. Detta tolkar vi som en av de få anledningar till varför lekarbete inte endast är en positiv metod, emellertid finns inget som säger att lek kan leda till negativa konsekvenser. Då lekarbetspedagogiken är en metod som går ut på att barnet själv bestämmer sin lek och sina handlingar i rummet - de blir aldrig inledda på något utan väljer helt själva. De vuxna lekarbetspedagogerna försöker aldrig leda in barnen på något, det är barnen själva som bestämmer på vilket sätt de använder sin tid i lekrummet.

Har de varit med om någonting de inte vill eller kan upprepa i leken görs det heller inte. Dock måste alla vuxna i barnets närhet vara observanta på barnet och se om det behöver någon annan hjälp.

De får aldrig ta för givet att barnet blir hjälpt av endast lekarbetspedagogiken och tänka ”nu har barnet fått den hjälp det behöver, så nu blir allt bra”. Då alla är olika och tolkar alla upplevelser olika är det inte säkert att deras upplevelser går att leka sig igenom. En av respondenterna hade ett bra bevis på det då hon berättade om pojken som lekte att alla i hans närhet dog, men de återuppstod aldrig. När ett barn mår så dåligt behövs mer hjälp än vad lekarbete kan ge. Att ta kontakt med en läkare kan då vara ett gott råd, även att man pratar med de andra vuxna i barnets närhet så att alla tillsammans kan hjälpa och genom diskussioner avgöra vad som är bäst för barnet.

Bøge och Dige (2006) skriver att varje förskola bör ha en handlingsplan. Det är viktigt att alla förskolor och skolor har en väl utvecklad kris- eller handlingsplan om det skulle hända någon kris av något slag. Som det ser ut på förskolorna vi har granskat, verkar det som om de flesta har en väl utvecklad krisplan, men det som känns fel är att inte alla har sina krisplaner på förskolans hemsida. Den borde, anser vi, finnas där så föräldrar kan gå in och informera sig om vad som sker på deras barns förskola/skola ifall det uppstår en kris.

Krisplanen bör kontinuerligt uppdateras så det inte uppstår förvirring om vem som ska göra vad när en krissituation uppstår. Det kan i en sådan situation bli kaos och svårt att tänka rationellt - därför kan det vara bra att ha allt nedskrivet så inget glöms bort. Ännu en anledning till varför det är bra att krisplanen uppdateras och läggs ut på hemsidan är att föräldrarna ska veta vem de bör kontakta om någon kris uppstår.

Även Myndigheten för skolutveckling tar upp hur viktigt det är att ha en välutvecklad och fungerande handlingsplan. Att det behövs en handlingsplan eller krisplan verkar alla våra respondenter vara eniga om. För att de vet vem som ska göra vad och vilka de ska kontakta vid en eventuell krissituation. Vi tycker att det vore bra om föräldrarna fick vara med och ha kommentarer om vad som ska stå i krisplanen. En av våra respondenter tyckte det var ett bra förslag.

Av alla leksaker som finns i lekrummen tycker vi det verkar som sandlådan och rit sakerna har den största inverkan på barnen. Har de haft en upplevelse som har med döden att göra, så begraver de ofta gubbar i sanden och gräver upp dem igen. Det säger våra respondenter är en slags bearbetning för barnet. Vissa barn som har svårt med språket ritas ofta en eller flera teckningar för att visa hur de känner sig eller visa vad de har varit med om.

En av våra respondenter visade oss en teckning som en flicka på fyra år hade gjort. På den teckningen hon hade ritat var det en flicka som varken hade armar eller ben, hon hade bara några strån till hår. Den teckningen var ritad i svart tusch, men innan lekarbetets slut utvecklade hon den teckningen. När hon var klar med lekarbetet hade flickan armar, ben och en stor glad mun formad som ett hjärta. Det fanns blommor på teckningen och hon hade skrivit till mamma och pappa på den. Det anser vi är ett tecken på att rita verkligen hjälper barn att visa hur de känner sig. Har de inte den verbala förmågan att kunna kommunicera eller kanske rent av inte törs, så är det här ett bra sätt för barnen att uttrycka sig.

Alla vi har intervjuat säger att de inte ska berömma och bedöma, utan endast bekräfta barnet. De berättar vidare att det i början är svårt att inte berömma barnet. Det kan vi förstå, för vem vill inte ge barn beröm och tror att detta är bra för barnen. Det finns barn som kanske aldrig får beröm av sina föräldrar. De kanske skulle må bra av att få lite beröm, men då ska de få rätt sorts beröm. Det kanske är uppmärksamhet och bekräftande, precis det som ges under den halvtimme som lekarbetet är, som de egentligen behöver.

Många av våra respondenter har berättat att barnen oftast blir glad och känner sig utvalda när de kommer och ska hämta dem till lekarbetet. De berättar dessutom och att många av de andra barnen på avdelningarna frågar när de ska få komma till det ”hemliga rummet”. Vissa föräldrar var i början väldigt skeptiskt till lekarbetet och många förknippade det med lekterapi som de använder sig av på sjukhus. Att lekarbete skulle vara lika som att gå till en psykolog, men när föräldrarna fått information om vad lekarbete är, så kände de att det verkade bra. På vissa förskolor ger pedagogerna ut informationsblad om vad lekarbete är. De kan även hänvisa dem till olika hemsidor där de kan läsa mer om lekarbete utifall de känner att de vill läsa mer om det innan de bestämmer sig om deras barn ska få lekarbete eller inte.

Under våra intervjuer var det tre respondenter som berättade om lekarbete som metod för barn med Aspergers syndrom och barn med ADHD. Detta tog de upp utan att vi frågade. Att tre av åtta personer gjorde detta utan några inviter från oss är ganska imponerande. Detta tror vi beror på att dessa tre har erfarenheter inom detta område och har använt sig av metoden på barn med dessa funktionshinder. Att dessa respondenter menar att lekarbetspedagogik är en passande metod för barn med neuropsykiatriska funktionshinder, speciellt barn med ADHD, anser inte vi är så konstigt egentligen, då barn med ADHD behöver lugn och ro. De behöver en närvarande vuxen, tydliga ramar och regler samt lugnt omkring sig. Vi anser därför att det kan vara svårt att bevisa om metoden i sig fungerar och på det sättet som är tänkt på dessa barn. Vi tror dock att lugna och tysta omgivningar passar dem bra och kanske är det av den anledningen metoden fungerar även på dessa barn.

## **6. Slutsatser**

Att leken är viktig för barn kan konstateras genom litteraturen i ämnet, att barn kan upprepa det de har varit med om och kan på detta vis bearbeta detta genom leken. Barn som inte har den verbala förmågan ritade ofta det de har varit med om och uttrycker sig på det viset. Många av författarna till litteraturen tar upp att barns lek är viktigt i flera sammanhang för dem, det är genom leken de utvecklas. Har de inte lyckats bryta lekkoden så kan det inte leka och då kan de inte arbeta med sina känslor. Vissa barn kan dock få större problem än andra barn och då kanske inte leken hjälper helt. Det kan då behövas ta kontakt med en psykolog, men att leken hjälper barnet i det stora hela är alla våra respondenter övertygad om.

Dock, eftersom detta bara är en metod som inte utgår ifrån att analysera vad barnen gör, kan det vara svårt att se om det verkligen hjälper barnet. Våra intervjupersoner är emellertid överens, de anser att de ser att barnen gör framsteg i sin utveckling, mer eller mindre och att de blir gladare och positivare.

## 7. Referenser

- Andersson, N. (1995). *Att möta små barns sorg*. Stockholm: Bergs Grafiska.
- Björklund, L. & Eriksson, B. (2000). *Barnet i mötet med livets mörka sidor*. Stockholm: Verbum
- Bøge, P. & Dige, J. (2006). *Möta barn i sorg - Handlingsplan för skola och förskola*. Sveriges Utbildningsradio AB.
- Dyregrov, A. (1990). *Barn i sorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Dyregrov, A. (2007). *Sorg hos barn- en handledning för vuxna*. Lund: Studentlitteratur.
- Dyregrov, A. & Raundalen, M. (1995). *Sorg och omsorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Ekelund, G. & Dahlöf, A. (2005). *Skarpa lägen*. Borås: Sjuhäradsbygdens tryckeri
- Fahrman, M. (1993). *Barn i kris*. Lund: Studentlitteratur.
- Gyllenswärd, G. (2007). *Barn och unga i sorg om stödgrupper efter flodvågen*. Bris: Gothia.
- Gyllenswärd, G. (1997). *Stöd för barn i sorg*. Bris,
- Hartman, S. & Torstenson, T. (1986). *Barns tankar om livet*. Stockholm: Natur och kultur.
- Hägglund, K. (1989). *Lek-Teorier*. Arlöv: Esselte.
- Knutsdotter Olofsson, B. (1987). *Lek för livet*. Stockholm: HLS Förlag.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lindberg, L. (2004). *Lekarbetspedagogik som ett hjälpmedel i barns sorg*. Gävle: Högskolan i Gävle
- Lindqvist, I. (1990). *Leken som läker*. Stockholm: Almqvist & Wiksell
- Sandén, I. (2005). *Lek, hälsa och lärande. Om lek som en specialpedagogisk metod*. Malmö: Lärarutbildningen vid Malmö högskola.
- Tullgren, C. (2003). *Den välreglerade friheten: Att konstruera det lekande barnet*. Malmö: Lärarutbildningen.
- Utbildningsdepartementet. (2006). *Läroplan för förskolan, Lpfö98*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.
- Willis, A. C. (2002). The grieving process in Children: Strategies for Understanding, Educating, and Reconciling Children's Perceptions of Death. *Early Childhood Education Journal Vol. 29 No.4*.
- Öhman, M. (1996). *Empati genom lek och språk*. Stockholm: Liber.

## Elektroniska källor

Magnusson, A. (2007). *När barn sörjer* hämtat 8 april 2009 från Svenska institutet för sorgbearbetning.  
[http://www.sorg.se/dokument/Nar\\_barn\\_sorjer.pdf](http://www.sorg.se/dokument/Nar_barn_sorjer.pdf)

Myndigheten för skolutveckling. (2006) *När det värsta händer – om krishantering i förskola och skola*. Hämtad 14 maj 2009 från Skolverket.  
<http://www.skolverket.se/content/1/c6/01/23/61/SKOLUTV408.pdf>

Nationalencyklopedin (2009) *Kris*  
Hämtad 9 april 2009 från Nationalencyklopedin.  
<http://www.ne.se/kris/1341165>

Områdesstyrelsen/Utbildningsnämnden vid Lärarutbildningen (2007) *Lek som specialpedagogisk metod – kursplan*.  
Hämtad 7 april 2009 från Malmö högskola.  
<http://www.edu.mah.se/SO602F/syllabus/>

RBU/*Vad är adhd?* Hämtad 7 juni, 2009 från Riksförbundet för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar  
<http://www.rbu.se/start.asp?sida=7240>

Westman, G. (2004) *Lekarbetspedagogik- Metoden*.  
Hämtad 12 maj 2009 från Föreningen Lekarbetspedagogik.  
<http://www.lekarbetspedagogik.se/metod.php>

## Utrustningslista för lekarbetspedagogik

### Förbrukningsmaterial:

1. vatten och sand
2. färger, kritor, papper, penna
3. skapande material (pappersrullar, tyg, snören, knappar, kartonger, askar, knäckformar, piprensare, flirtkulor mm)
4. lera, kavel, slime
5. sandlåda med sand

### Leksaker

6. kramdjur, en stor flick- och pojkdocka, ev. en mörk docka, docknappflaska
7. väska, liten ryggsäck, plånbok, portmonnä, betalkort
8. servis, kastrull, kaffepanna, visp, mugg, flaska utan etikett, snickeriverktyg av plast: hammare, tång, såg osv.
9. två telefoner, ev. av mobiltefontyp
10. doktorsväska med utrustning, elastiska bindor
11. indianer och vita, småkrigare, rymdkrigare
12. motorfordon utan ljud effekter: person-, brand-, last- och polisbil, ambulans
13. pistol utan ljud effekt
14. tama djur, djurfamiljer
15. vilda djur
16. monster, krokodil, orm, spindel
17. ballonger, skumgummibollar i olika storlekar
18. dockskåp med inredning av kök, vardagsrum, badrum och sovrum.  
Dockskåpsdockor: 2 kärnfamiljer, baby, 2 färgade dockor, mormor- och morfardockor

**Hos lekarbetspedagogen förvaras:** timer, förkläden, synålar mm

Bilaga 2 Lekmönster

**Elevens:**

Kön

Född år

Mån:

# LEKMÖNSTER



stor del av tid



liten del av tid

År: Datum:										
Tillfälle nr:										
Vatten, sand										
Färger, kriter, papper, penna.										
Småslöjdsmaterial										
Lera, kavel, "slime"										
Lek i sandlådan										
Kramdjur, docka.										
Pengar, portmonnä, plånbok, väska.										
Bjudservis.										
Telefoner.										
Doktorsväska med utrustning.										
rymdkrigare mm										
Motorfordon										
Pistol utan knallpulver.										
Tama djur.										
Vilda djur.										
Monster, "äckliga djur"										
Ballonger, skumgummibollar.										
Dockskåp med tillbehör.										
Rollek (lekledaren inbjuden i lek)										
Kommenterar leken.										
Pratar om annat.										

Lekledare: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Handledare: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

## Bilaga 3 Intervjufrågor

Hej!

Här är grundintervjufrågorna vi tänker utgå från, följdfrågor och även andra liknande frågor kan komma. Men genom att läsa dessa frågor vet ni ungefär vad som kommer att diskuteras.

### Intervjufrågor

Kan du lite kort förklara vad lekarbetspedagogik är även vad du har för utbildning och erfarenheter inom området?

Varför valde du att vidareutbilda dig till lekarbetspedagog?

Har du varit med om ett eller flera barn som gått igenom sorg?

Om, hur gick ni då tillväga?

Hur är det tänkt att ni förskollärare ska använda sig av lekpedagogik?

Används det i det vardagliga arbetet eller enskilt när ett speciellt barn behöver det?

Vad har ni för material? Eget rum?

Hur märks det på ett barn att de sörjer?

Hur går ni på er förskola tillväga när ni ser ett barn mår dåligt/sörjer?

Har ni någon krisplan? Hur ser den ut?

Tillsist, är det något du vill tillägga?



Hej

Här kommer ett diskussions underlag till intervjun. Frågorna kan komma att ändras lite och följdfrågor kan uppstå, men ungefär det här är det vi hade tänkt utgå ifrån.

Kan du lite kort förklara vad lekarbetspedagogik är även vad du har för utbildning och erfarenheter inom området?

Arbetar du på liknandesätt som XX eller är du mer en handledare åt förskollärarna?

Eller finns det någon annan som gör det i XX kommun?

När och varför bestämde ni er för att låta förskollärarna i XX kommun få utbildning inom lekarbetspedagogik?

Vilka blev utvalda, varför just dem?

Hur lång utbildning fick de?

Hur är det tänkt att förskollärarna ska använda sig av lekpedagogiken?

Används det i det vardagliga arbetet eller enskilt när ett speciellt barn behöver det?

Har du varit med om ett eller flera barn som gått igenom sorg?

Både före och efter utbildning?

Iså fall har du sett någon skillnad?

Hur går ni i XX tillväga när ni ser ett barn mår dåligt/sörjer?

Tillsist, är det något du vill tillägga?

## Bilaga 5 Personligt brev

Hej!

Vi är två studenter som läser sista terminen på Lärarprogrammet, inriktning förskollärare vid Högskolan i Gävle. Vi har till vårt examensarbete valt att undersöka och skriva om barn i sorg, hur personal på förskolan och lekararbetspedagoger genom leken kan möta barn i sorg. Syftet med studien är att undersöka hur personalen agerar när det händer att ett barn upplever sorg.

Vi hoppas att du har tid, möjlighet och lust att avsätta lite tid så att vi kan få intervjua dig inom detta ämne. Intervjun beräknas ta ca 45min och vi kommer gärna till din arbetsplats om det passar bäst.

Informationen vi får tillgång till under intervjuerna kommer att behandlas konfidentiellt och kommer endast att sparas i säkerhet på högskolan i ett år, sedan förstörs materialet. Det kommer bara att användas i detta examensarbete. Vid intervjun skulle vi vilja spela in intervjun om du ger ditt medgivande till det, du kan när som helst avbryta intervjun om det känns fel.

Har du några frågor om studien eller intervjun så kan du ta kontakt med oss. Väljer du att tacka ja och vilja delta i detta så kommer vi sända ett diskussions underlag i förväg så du får se vad vi kommer att ta upp under intervjun.

Vi skulle bli väldigt tacksamma och glada om just du medverkar!

Hör gärna av dig så snabbt som möjligt till någon av oss.

Tack på förhand!

Med vänliga hälsningar

Lina Sverkersdotter

Mail: XXX

Tel: xxx-xx xx xxx

Carina Arvidsson

Mail: XXX

Tel: xxx- xxx xx xx

Handledare: Elisabeth Björklund

Mail: XXX

Tel: xxx-xx xx xxx

Håll om mig...

Det enda jag förstår just nu är din kroppsvärme.

Orden du säger hör jag men meningarna går sönder  
och jag uppfattar inte innehållet.

Men jag förstår när du stryker med handen över mitt hår  
och låter mitt huvud vila i ditt knä.

# Krisplan för förskola

**Telefonlista****Tel bostad****Tel arbete**

Rektor

Personalrepresentanter

Skolpsykolog

Skolläkare Skolsköterska

Kurativ samordnare

Skolpastor

BUP

Vuxenpsyk

Ambulans

112

Polis

112

Administrativ assistent

Vaktmästare

POSOM Påkallas via SOS-alarm, tel 112.

## **Introduktion till krisplan**

Syftet med denna krisplan är att skapa en beredskap i krissituationer så att psykiska efterverkningar, som annars uppstår i onödan, kan förebyggas och motverkas. En gemensam struktur och beredskap lugnar genom att den visar att det finns några som är beredda att ta ansvar och skapa omsorg och trygghet i krissituationer.

Det är viktigt att ordentlig och tydlig information går ut till alla som drabbas direkt eller indirekt. Man tenderar ofta att underskatta betydelsen av klar information, speciellt när det gäller barn. Men information är mycket viktig, bl.a. för att undvika onödig ryktesspridning. Även om deltagandet i informationsmötet är frivilligt bör tveksamma uppmuntras att delta för att på så sätt kunna stödja sina kamrater.

## **Schema för kartläggning**

### Vilka är drabbade?

- Barn
- Föräldrar
- Personal

### Vad har hänt?

- Olycka
- Svår sjukdom
- Själv mord
- Mord
- Barns försvinnande
- Annan händelse

### Vilken information har förmedlats?

### Hur är situationen nu?

## **Emotionell första hjälp**

Inge trygghet och säkerhet, acceptera alla reaktioner (hur de än ser ut), lyssna, lugna. En förutsättning för ett gott arbete är att samarbetet i kristeamet fungerar och att det finns en tydlig rollfördelning.

**Rektor måste:** överblicka situationen, prioritera, fatta beslut, tänka framåt, samarbeta, delegera.

Fyra råd:

**Håll om!**

**Håll i!**

**Håll tyst!**

**Håll ut!**

# BARNES DÖDSFALL

- Krisgruppens representant från berörd avdelning informerar övriga personer i krisgruppen.
- Den i arbetslaget som får beskedet ser till att sammankalla eller ringa övrig personal i arbetslaget.
- Rektor eller en person från arbetslaget kontaktar föräldrarna om vilken information som ska ges.
- Iordningställ ett sorgerum dit både personal och barn kan gå under dagen. Det ska finnas ett bord med ljus, fruktskål och färdig dryck, kaffe/the och juice.
- Barngruppen informeras av personalen.
- Samtliga föräldrar informeras.
- Rektor och någon från personalgruppen besöker familjen. Blommor ges till familjen.
- Minnesstund sker antingen på respektive avdelning eller stor samling med ljus, sång och frukt.
- Någon från arbetslaget och/eller rektor kan vara med på begravningen om anhöriga samtycker.
- Blommor sänds till begravningen.
- Om dödsfallet äger rum på sommar- eller jullov hålls en minnesstund vid terminsstart.
- Om dödsfall eller svår sjukdom inträffar under semesterperiod kontaktas rektor.

Kom ihåg!

Informera barngruppen.

Hissa flaggan på halv stång.

Uppföljande samtal i personalgruppen.

Bearbeta det som hänt i barngruppen på lämpligt sätt; ex. läsa böcker, rita teckningar, gå till kyrkogården m.m.

## BARNNS FÖRSVINNANDE

Detta ska ansvarig personal göra:

- Fråga barn och personal.
- Genomsök förskolan och gården.
- Övrig personal letar utanför förskolans område.
- Ring till berörd förälder.
- Ring till polisen.
- Krisgruppen tillkallas.
- En kontaktperson utses att kontakt med familj och polis.
- Kontaktpersonen ska informera berörd personal.
- För att undvika spekulationer beslutar krisgruppen vilken information som ska lämnas ut på förskolan.
- Utse en pressansvarig Alla ska hänvisa massmedia till henne.

## FÖRÄLDERS DÖDSFALL

- Vid dödsfall i ett barns familj bör förskolan underrättas. Om dödsfallet sker under dagtid bör någon av föräldrarna underrätta barnet personligen. Om dödsfallet sker under semesterperiod kontaktas rektor,
- Innan barnets kamrater underrättas kommer förskolan överens med den sörjande familjen om vilka uppgifter som får lämnas ut.
- Förskolan bör vara beredd på att barnet påverkas under en längre tid, vid förälders död. Barnet kan därför behöva särskild hjälp senare.
- Barnets själv måste få bestämma hur mycket han/hon vill tala om det inträffade. Låt barnet veta att du finns till hands om han/hon är beredd att tala.
- Håll kontakten med hemmet och informera de anhöriga hur barnet mår.



## FÖRSKOLEPERSONALS DÖDSFALL ELLER SVÅR SJUKDOM

- Den i krisgruppen som får beskedet ser till att sammankalla övriga i gruppen. Om dödsfallet eller sjukdomen inträffar under semesterperiod kontaktas rektor.
- Rektor leder sedan arbetet i gruppen.
- Iordningställ ett bord med vit duk och ljus i personalrummet. Gör i ordning färdig dryck, kaffe/the och juice.
- Krisgruppen ser till att övriga kollegor i arbetslaget informeras.
- Kontakta någon från kyrkan som kan leda en minnesstund.
- Rektor och några ur personalgruppen som står personen nära besöker anhöriga till den avlidne, helst samma dag.
- Återsamla krisgruppen vid dagens slut för att planera de närmaste dagarna.
- Dag två. Alla punkter förutom den första.

Kom ihåg!

Informera barngruppen och deras föräldrar.

Hissa flaggan på halv stång.

Uppföljande samtal i personalgruppen.

Bearbeta det som hänt i barngruppen på lämpligt sätt; ex. läsa böcker, rita teckningar, gå till kyrkogården m.m.

# BRAND ELLER ANNAN FARA

## Samlingsplatser:

Avd. 1	I hörnet av staketet, mot vägen
Avd. 2	Cykelförrådet
Avd.3	Grillplatsen
Avd.4	I hörnet av staketet ovanför grillplatsen
Övrig personal	Småbarnsgungorna

- Tag med barnens veckoschema och en trådlös telefon.
- Aktuell telefonlista finns i en pärm i pulkaförrådet/lekstugan.
- Varje avdelningspersonal ansvarar för att sin avdelning blir genomökt.
- Kökspersonal och övriga ansvarar för att ingen personal finns kvar i och kring köksregionen.

1. Ta kontakt med externa hjälpare; BUP, socialtjänst, hälsocentral

2. Mobilisera personal som:

- låter polis och annan räddningspersonal
- informera föräldrarna så snart som möjligt
- inrättar ett centrum för rådgivning
- bemannar telefonerna och noggrant noterar alla kontakter med föräldrar
- hjälper till att återföre barn och föräldrar

3. Mobilisera hjälp utifrån för att stötta förskolans personal.

4. Rektor tar hand om all kommunikation med massmedia.

5. Förslag på vidare arbete: - *fortsatt rådgivning* till barn, föräldrar och personal

- *förbered* minnesstund och andra ritualer
- *följ särskilt upp* barn och personal som är speciellt drabbade och utsatta
- *anordna föräldramöten* där föräldrar får aktuell information om händelsen och om vanliga reaktioner vid chock och stress.

Föräldrarna får också tala om egna reaktioner och informeras om vad de kan göra för att hjälpa.

För att kunna gå vidare efter alla olyckor och katastrofer är det viktigt att vardagsarbetet och de vanliga rutinerna tar vid.

# KATASTROF ALLMÄNT

Katastrofdefinitioner:

Medicinskt: antalet skadade överstiger behandlingskapaciteten.

Socialt: ödeläggelse av sociala strukturer.

Psykologiskt: livsavgörande.

Traumatisk kris: en yttre händelse av sådan art att vi upplever vår fysiska existens, vår sociala identitet, vår trygghet och våra livsmål vara allvarligt hotade. Den traumatiska krisen orsakas av tre händelser: *förlust – kränkning – katastrof.*

Primär försvarsmekanism: Förnekelse

Sekundär försvarsmekanism: Omtolkning (någon har gjort fel)

Emotionell första hjälp: Inge trygghet och säkerhet,  
acceptera alla reaktioner (hur de än ser ut), lyssna, lugna.

En förutsättning för ett gott samarbete är att samarbetet i kristeamet fungerar och att det finns en tydlig rollfördelning.

Regelbunden uppföljning av vidtagna åtgärder.

Information utåt i det vidare arbetslaget.

Utse en kontaktperson till pressen, t.ex. rektor. Ingen annan får yttra sig till pressen.

## **Ledarskap i en krissituation**

Ledaren måste: överblicka situationen, flyta runt, prioritera, fatta beslut, tänka framåt, samarbeta, delegera.

# RÅD FÖR ATT HJÄLPA BARN I SORGEARBETE

## Ha en öppen och ärlig kommunikation

- ge åldersriktiga förklaringar
- reducera förvirring
- undvik abstrakta förklaringar
- omskriv inte döden som en resa eller sömn

## Ge tid till tankemässig bearbetning

- tillåt frågor och svar
- se på bilder, album m.m.
- besök kyrkogården

## Gör förlusten verklig

- visa dina egna känslor
- låt om möjligt barnet se den döde och vara med vid begravningen
- låt minnen och den dödes ägodelar vara framme

## Stimulera känslomässig bearbetning

- bevara kontinuitet i hem, skola och förskola
- prata med barnet om dess rädsla
- prata med barnet om deras eventuella skuld-känslor

## Var öppen för religiösa frågor

- nonchalera inte frågor om evigt liv
- var äkta i dina svar
- tänk på att symbolspråk är viktigt och fullt begripligt för barn
- våga tala om tvivel och tro

## Försök inte trösta

- ord som ”det är inte så farligt” blir hårt i denna situation
- det här är det värsta som kunde hända. Hjälp barnet att sörja istället.

## Var nära och närvarande

- visa att du ställer upp, att ni finns och deltar
- våga visa din egen sorg och bestörtning

## Lyssna aktivt

- det finns inga aldrig så välmenande råd som hjälper
- lyssna, ta in, bekräfta rädslan. Var delaktig.

## VAD GÖR DU SOM TAR HAND OM EN CHOCKAD KOLLEGA

Du ska naturligtvis vara en person som normalt har bra kontakt med kollegan.

Det finns inga självklara råd vad man ska göra eller säga, men det finns en del bra allmänna råd.

1. Var beredd att ta ansvar för enkla saker, vart ni ska gå, att ni blir ostörda.
2. Koppla av själv. Du ska inte prestera något. Du ska främst vara där.
3. Låt situationen avgöra
  - om kollegan är tyst – låt henne/honom vara tyst!
  - om hon/han pratar – låt henne/honom prata!
  - om hon/han gråter – låt henne/honom gråta, trösta inte!
4. Var inte rädd för tystnaden, det är framförallt inte du som ska prata.
5. Om det känns riktigt att röra kollegan, gör det. En hand på axeln eller liknande. Vid stark gråt, lägg armen om henne/honom.
6. Försök inte trösta! Ord som ”Det är inte så farligt”, blir nästan som ett hån. Hjälpt henne/honom att sörja istället. Säg hellre ”Jag förstår att det känns svårt”.
7. Var inte rädd för gråten. Det är kroppens eget sätt att uttrycka en stark känsla. Håller man tillbaka gråten stoppas man också känslan. Då kan den dyka upp senare istället.
8. Så småningom kan du kanske säga: ”Vad var det egentligen som hände?” Att prata om vad som hände kan kännas skönt.
9. Låt kollegan prata fritt. Du behöver inte svara på hennes/hans frågor som ofta är ställda till henne/honom själv typ: ”Gjorde jag rätt?”, ”Varför just jag?”
10. Senare kan man fråga, ”Hur känns det just nu?” Alla svar är okej.
11. Ha tålamod och förståelse när kollegan för ”elfte” gången berättar samma sak. En del av bearbetningen består just i att älja det som skett, om och om igen.
12. När ni skiljs, kolla upp vilka egna kontakter hon/han har hemma och kan utnyttja. Om möjligt kom överens om att ha en telefonkontakt under kvällen.
13. De fyra H:na:      Håll om!  
                                 Håll i!  
                                 Håll tyst!  
                                 Håll ut!

